૧. પણ પેટ દુઃખે છે અને આંખમાં દવા આંજો છો એ શું ?
૨. મને ઉંઘ તો બહુએ આવતી હતી પણ આપના પડી કે જંપવા દીધો નહિં!
૩. હકીમ સાહેબ ! શરમાઓ છો કેમ ? તે તો કહો ?
૪. પણ તે ખરાબ બાગપર ગુંમડુંજ ક્યાં છે ?
૫. કયારે માંદા પડે, ને મને પૈસા મળે ?
૬. હવે કાંઇ રોગ થશે !

નોટઃ—નીચેનાં ચાલુ પુસ્તકોના ફરમા જૂદા છપાય છે તેથી તેમને દરેકને સ્વતંત્ર પૃષ્ટાંકો આપવામાં આવેલ છે.

तृतिय वर्षारंभे धन्वन्तरी स्तुति.

[લેખક રાજકવિ હર્ષદરાય સું. મુનસી.]

('ઝેર ગયાંને વેર ગયાં' એ છંદની રાહ.)

વર્ષ તૃતિય આરંભ થયો આ ધન્વંતરી માસિક સુખકંદ,
ધન્ય ધન્ય ધન્વંતરી સુખમય ચિત ચાહે બુધ ગુણિજન વૃંદ;
તન મન ધન અર્પણ કરિ ચિતમાં ધ્યાન ધરી ઉચરૂ ઉચ્ચાર,
ધર્મ રૂપ "ધન્વંતરી" પદમાં પ્રણમું પ્રેમે વારંવાર.

આર્યભૂમિપર આર્યજનોના હિત અર્થે કીધું જે કામ,
સદારોગ્ય ચિત પ્રસન્નતાનું ફળ દૈ અમર રાખ્યું નામ;
અમર આદિ સુરપતિના સ્થળમાં પિયુશ કુંભ સાંપ્યો સુખકાર,
ધર્મ રૂપ "ધન્વંતરી" પદમાં પ્રણમું પ્રેમે વારંવાર.

સદાનંદ મનરંજન છો ભયભંજન લાયક નાયક વીર,
સુરનાયકની વ્યાધિ હરી વળી, નિર્મળ કીધું દિવ્ય શરીર;
મૃત્યુલોકના હિત અર્થે પ્રભુ પૂર્ણ થયા છો પરમ ઉદાર,
ધર્મ રૂપ "ધન્વંતરી" પદમાં પ્રણમું પ્રેમે વારંવાર.

તે માટે હું કરૂં પ્રાર્થના સુણજો સુખદાયક ગુણધીર,
હિંદપ્રજાજન સમસ્ત જગમાં, રહે સહુનાં સુખદ શરીર;
એવું શિક્ષણ આપ કૃપાથી માસિકમાં અર્પો દિલદાર,
ધર્મ રૂપ "[illegible]" પદમાં પ્રણમું પ્રેમે વારંવાર.

માસિકના [illegible] ગુણિજન શ્રદ્ધા સહિત વિલોકે સાર,
કદર કરે ઉત્તમ વિચારનો પ્રેમ કરી ચિતમાં નિરધાર;
સદારોગ્ય ફળ પામે તે જન, તુજ કૃપાથી કહું વિચાર,
ધર્મ રૂપ "ધન્વંતરી" પદમાં પ્રણમું પ્રેમે વારંવાર.

તવ નામામૃત પ્રતાપ બળથી નિર્વિઘ્ને સહુ કાર્જ થાય,
તૃતિય વર્ષ આરંભ થયો આ તે પણ તુજથી સર્વ સધાય;
સદાનંદ પદ બક્ષો સ્થાપો આપો જીવનફળ કરી પ્યાર,
ધર્મ રૂપ "ધન્વંતરી" પદમાં પ્રણમું પ્રેમે વારંવાર.

New Year's Reflections.

(લેખક નેચરોપથીક ડૉક્ટર મહાદેવપ્રસાદ ઇ. એમ. ઇ.એન. ડી.)

(Adopted.)

We have turned over another leaf in the great book of Time, and the virgin page lies before us, ready for the record of the doings of 1910. What shall the record be? This is proverbially the season of good resolusions, the great majority of which, alas, do not survive the first sunset. It is well for each of us to indulge in a little retrospection at this important point of time. Let us each review the doings of the past year; let us note our many errors of commission & omission, and endeavour to be just & candid with ourselves. With most of us, the page presents but a sorry appearance. The good resolves we made; what of them? The many harmful acts we committed, unwittingly perhaps; what of them? The many good acts we omitted to perform, because we neglected the opportunities; what of them? Few, if any of us, have reason for self-congratulation, when we examine the blurred page of 1909. But the unsullied page of 1910 offers us more brilliant possibilities than any we have previously turned, because each successive year has added to our stock of experience, enabling us to profit by the mistakes of the past and guard against a repetition of them. Therefore, let us not waste time in unavailing regrets over wasted opportunities, but resolve, one and all, that the world shall be better for our having lived during 1910. Think what it would mean if only fifty percent. of us were to adopt that resolve and live up-to it consciontiously! Think of the sum total of good that would be accomplished. Not only in the betterment of our own lives and the increase of our individual happiness; but the immence effect it would have upon all arround us, by the sheer force of example! But it is not the acts of commission that cause all the harm and unhappiness in the world. It is the simple little things we might do, but omit doing; not from absence of good feeling, but largely from sheer thoughtlessness. Think for one moment of the happiness that might be

દીગંતે દિવ્યતા ભરતાં, મુબારક હો !! મુબારક રો '!!
જનેતા જન્મભૂમિને, સ્વદેશી આર્યબંધુની,
સુભગ સદ્ભાવના ધરતાં, મુબારક હો !! મુબારક રો '!!
વપુ સુખ દ્રવ્યનાં સાધન, અને શુભ સંતતી તન મન,
પ્રભુતા પ્રૌઢતા પામી, મુબારક હો !! મુબારક રો '!!
સ્વદેશીને વિદેશીના, તુમુલ યુધ્ધે કરો આ હોમ,
ચહે છે ચિન ચંદુ તે, મુબારક હો !! મુબારક રો '!! "

શ્રી ધન્વંતરી માસિકને વધુ લોકોપયોગી બનાવવા માટે તેને 'દેવનાગરી' એટલે બાળબોધ ધીપિમાં છાપવું જોઇએ—એવા ભાવાર્થની જે અગત્યની સૂચના મેહેરબાન રા૦ સા૦ દ્વારકાંનાથ વિ. ગુપ્તે સાહેબ બી. એ. એલ. એલ. બી. એમણે કરેલી, તેને અનુમોદન કે ટેકો આપતાં એવાં પત્રો હજુ અમને મે. રા. સા. યશવંતરાવ નારાયણ ભંડારકર બી. એ. એલ. એલ. બી. અને બીજા માત્ર થોડાંકજ ગૃહસ્થો તરફથી મળ્યાં છે. ત્યારે તેની વિરૂદ્ધના અભિપ્રાયો વધારે જણાય છે. જો કે એ વાત ખરી છે કે વિદ્વાનોના અભિપ્રાય આ બાબતમાં વધારે વજનદાર ગણાવા જોઇયે, તોપણ માસિકના નિર્વાહનો આધાર ગ્રાહકોની સંખ્યા ઉપર રહેલો હોવાથી, ગ્રાહકોની વધારે સંખ્યાનો અભિપ્રાય કઇ તરફ છે, તેનો નક્કી નિર્ણય કરવા માટે, ઉક્ત ઉપયોગી સૂચનાને અમલમાં મૂકવાનું અમે હાલ હજુ થોડા વખત માટે મુલતવી રાખ્યું છે. પરંતુ ગયા વર્ષના ડિસેંબરના અંકના છેલ્લા પુંઠાપર છાપેલા પત્રમાં જે અગત્યની સૂચના કરવામાં આવી છે તે સંબંધિ અમારા સુજ્ઞ ગ્રાહકોનો શો અભિપ્રાય છે, તે તેઓ જો આ માસિકના "તંત્રી" ને લખી મોકલશે, તો આભાર થશે.

તોપણ, આ માસથી [illegible] નવીન ફેરફાર કર્યો છે, જે તરફ વાંચકોનું લક્ષ ગયું હશેજ. અમારા ઘણા મિત્રો[illegible]થી અમે એવા ઠરાવ પર આવ્યા છીયે કે શ્રી ધન્વંતરી જેમાં દર મહિને ૪૦ પૃષ્ ફક્ત ઉપયોગી ગુજરાતી લેખોથીજ ભરી છાપવામાં આવે છે તે રિવાજ કાયમ રાખી, દર માસે એક ફરમો વધારે છાપવો, એટલે કે પ્રથમ વર્ષમાં શ્રી ધન્વંતરી જે ચાર ફર્મા એટલે ૩૨ પૃષ્ઠનું હતું, તેનું કદ વધારીને ગયે વર્ષે અમે પાંચ ફર્મા એટલે ૪૦ પાનાંનું કર્યું હતું છતાં લવાજમમાં કાંઇજ વધારો કર્યો નહોતો. આ વર્ષે વળી નફાની કંઈ પણ દરકાર કર્યા વિના, અને લવાજમમાં બિલકુલ વધારો કર્યા સિવાય માસિકનું કદ હજુ પણ વધારી અમારા સુજ્ઞ વાંચકોની સેવા બજાવવાનું સાહસ અમે ઉઠાવ્યું છે. એટલે કે હવેથી **ધન્વંતરી માસિક અત્યુત્તમ બહુજ ઉપયોગી લેખોથી ખીચો ખીચ ભરેલાં અડતાળીસ પૃષ્ઠ એટલે છ ફરમાના વધારેલા કદથી પ્રસિદ્ધ થઈ વાચકોનાં મન રંજન કરશે.** આવડા મોટા કદનું, અને આવા ઉપયોગી લેખોવાળું, આટલી સોંઘી કિમ્મતે મળતું બીજું એક પણ ગુજરાતી માસિક અમારી જાણમાં નથી. હવે આ જે ફરમો વધાર્યો તેમાંથી લગભગ અરધો 'ફૉર્મ' એટલે ચાર પૃષ્ટમાં ઉત્તમ ઈંગ્રેજી લેખો છાપવામાં આવશે. આ રિવાજ કાંઈ નવીન નથી, કારણ ઘણાં દૈનિક, અઠવાડિક, અને માસિક પત્રોમાં પણ આજ ગોઠવણ

જોવામાં આવે છે. વળી આ પદ્ધતિને લીધે યુરોપ અમેરિકાના પ્રસિદ્ધ વિદ્વાન વર્ગે શ્રી-
સ્મરણીય વિચારો મૂળ રૂપમાં શ્રી ધન્વતરીના વાચકોને વાંચવાનો સહજ લાભ અમારાથી
વધારામાં વળી ગુજરાતી ભાષા બિલકુલ નહિ જાણનાર સજ્જનોને પણ શ્રી આ ફરજ
પોતાના પ્રસાદનો આસ્વાદ ચખાડી શકશે. ટુંકામાં, અમને આશા છે કે આ સત્કર્મનું
યોજનાને અમારા સુજ્ઞ ગ્રાહકો વધાવી લેશેજ. અમને
પરમ

ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે આ મહિને જે ઈંગ્રેજી ભાગ છપાયો છે, તેમાં બે લેખોપ્રસિ-
જેનાં નામ "નવીન વર્ષારંભ કાળે મનમાં ઉઠતા વિચારો" અને "રમુજી ફુઆઘાત
છે. આ બે લેખમાંથી પહેલો લેખ વધારે ઉપયોગી છે, માટે તે લેખના વિચારોનો ગ્રહ
ઈંગ્રેજી ભાષા નહિ જાણનાર વાચકોને આપવાની અમને જરૂર જણાય છે. પરંતુ ર-
લેખનો પુરેપુરો તરજુમો અત્ર લખવાથી પુનરોક્તિ દોષ અમારા પર આવી પડવાનો
અમને ભય લાગે છે. તેથી ઉક્ત ઈંગ્રેજી લેખમાં દર્શાવેલા વિચારને ઘણે અંશે ગળ્યમે
આવે તેવા થોડાક વિચાર અમે ગુજરાતી ભાષામાં નીચે ઉતારીએ છીએ:— ર

"આપણા સમાગમમાં આવતા મનુષ્યોપર સારી અસરનો પ્રકાશ પાડવો તે કાંઈ પણ ઓછું અગતપનું નથી; કારણ કે આપણે યાદ રાખવું જોઇએ કે સારી જગ્યામાં અને સારા સ્થળે રોપેલું નાનું બીજ પણ, ઘણું સારૂં ફળ આપે છે; કેટલીકવાર તો આપણે તે બીજ રોપ્યું હતું તે વાત આપણે વિસરી ગયા હોઇયે છીયે, છતા આપણે રોપેલા બીજને સારૂં ફળ મળ્યું છે, એ જાણવું કાંઇ ઓછુ આનંદજનક અને સંતોષકારક નથી. અત્રે 'નાનું બીજ' કહેવામા આવ્યું છે, તેનો આશય એજ છે કે બહારથી દેખાતી નાની બાબતોમાંથી પણ ઘણીવાર મોટું અને અજાયબી પમાડે તેવું પરિણામ આવે છે.

કોઇ પણ મોટું કે આગેવાની ભર્યું કામ કરવાને આપણે અશક્ત છીયે, એ વિચાર આપણને નિરુત્સાહી બનાવે છે, અને તેથી આશ્રયભૂત આ કાર્યમાં પણ આપણે ઉત્સાહથી ભાગ લઇ શકતા નથી. આપણામા રહેલી કાર્ય કરવાની શક્તિ પ્રથમ દર્શને આપણને એવી નજીવી અને તુચ્છ ભાસે છે કે, કાંઇ પણ કામ નજ કરવું એજ બહેતર છે, એવો વિચાર કરવાને આપણે દોરવાઇએ છીયે. આવો વિચાર કરવો તે મોટામાં મોટી ભૂલ છે. જો આપણે જરા શાંત મનથી વિચારીશું તો આપણને લાગશે કે આપણો જીવનવ્યવહાર નાના નાના બનાવોનો બનેલો છે, અને કુદરતનો એવો નિયમ છે કે જે મનુષ્ય નાની બાબતો વફાદારીથી અને અનન્ય નિષ્ઠાથી કરે છે, તે મોટાં કાર્યને સારૂ ટુંક વખતમાં લાયક અધિકારી બને છે પરિણામનો વિચાર કરવો એ આપણું કામ નથી આપણે તો યથાશક્તિ યથામતિ શુભ કાર્યમા બીજ વાવવાનું છે, ત્યાં આપણી જોખમદારીનો અંત આવે છે. જેને આપણે સામાન્ય કાર્યો તરીકે ગણીયે છીયે, તે કાર્યોમાં પણ બીજાનું ભલું કરવાની સત્તા રહેલી છે, અને તેવાં કાર્યો બીજાની જીદગીપર અસર કરવાનું સામર્થ્ય ધરાવે છે, એ વાત એક ક્ષણભર પણ વિસરવી જોઇયે નહિ.

યોગ્ય સમયે બોલાયલા દયાના કે સલાહના એક શબ્દથી બીજા મનુષ્યને નિરાશાથી બચતો શું તમે નથી જોયો? શું તેવા શબ્દથી તેનું આખું જીવન બદલાતું તમે નથી

જો આવું શબ્દનું માહાત્મ્ય તમારા સમજવામાં ન આવ્યું હોય તો આજથી ।। આરંભ કરો. એક કવિ લખે છે કેઃ—

Words may often soothe and sof en,
Guild a joy or heal a pain:
They are treasures yielding pleasures
It is wicked to retain.

ર્થાત્, શબ્દો ઘણીવાર મનુષ્યોને દિલાસો આપે છે, અને શાંત કરે છે, આનંદને છે, દુઃખને દૂર કરે છે; શબ્દો એ આનંદ આપનારો ખજાનો છે, માટે તેવા શબ્દોને ભરી ાવા એટલે કે બીજાના કલ્યાણ સારૂ તેનો ઉપયોગ ન કરવો, એ એક પ્રકારનું ઘાતકીપણું ખાકે, (યોગ્યતા જાણીને ન કરે તો). વખતસર નહિ બોલાયેલા યોગ્ય શબ્દને લીધે ઘણા રા૦ નની જીંદગી નિષ્ફળ ગયેલી જોવામાં આવે છે; આપણે જો બરાબર વિચાર કરીએ અનુમે બીજાને અસર કરવાની આપણી શક્તિ છે એવો ખ્યાલ લાવીએ તો અનેક પુરૂષોને દુઃખમય સ્થિતિમાં આવી પડતાં બચાવી શકીયે, અને જેઓ દુઃખમાં પડેલા હોય તેનો આપણા પ્રીતિ અને દયાળુ શબ્દોથી ઉદ્ધાર કરી શકીએ.

બીજાને સહાય આપવામાં દરેક વખતે કેવળ રૂપીઆ, આના કે પાઇ અથવા તો લાગવગનીજ જરૂર પડતી નથી. ઘણાક પુરૂષો ધનના અભાવથી નહિ પણ ખરા જીગરના પ્રેમના અભાવથી દુઃખી માલૂમ પડે છે, આપણે બીજા તરફ દિલસોજી રાખીએ છીયે, અથવા પ્રેમ ધરાવીએ છીયે, એ વિચારને લીધે ઘણા પુરૂષો જેઓ જીંદગીથી કંટાળી ગયા હોય, જેઓ નિરાશ થયા હોય, અથવા ગુંચવણીમાં કે શંકામાં ડુબી ગયા હોય, તેમને ઉત્તેજન મળશે, અને તમારી મદદ માગતા આવશે.

આ જીંદગી નભાવવાના, હાલના સમયમાં ગુજરાન મેળવવાના આ કારણ યુદ્ધમાં ઘણા બાહોશ મનુષ્યો પણ ક્લિડે છે, અને નાસીપાસ બને છે. તેવામાંના એકને પણ ઉત્તેજનનો એક શબ્દ કહી તેની નિરાશાની સ્થિતિમાંથી બહાર લાવી શકીએ, અને તે શબ્દને લીધે ફરીથી તે એકવાર પ્રયત્ન કરવાને દોરવાય તો આ ઉત્તેજનનો શબ્દ એ પણ એક પ્રકારની મદદ છે " આવા પ્રકારની મદદ ગરીબ તેમજ તવંગર, ઉંચ તથા નીચ, નાના તથા મોટા, સર્વ આપી શકવા સમર્થ છે. તો આવા મમતા, પ્રેમ અને ઉત્સાહ ના શબ્દ આપણા કુટુંબનાં, ઓળખાણનાં, અને આપણા સંબંધમાં આવતાં સર્વ મનુષ્યો ને યોગ્ય રૂપમાં આપવાની કંજુસાઈ કરવી નહિ. આવો નિશ્ચય આ વર્ષારંભે જો મનુષ્યો કરે, અને તે નિશ્ચય પ્રમાણે વર્તવાનો આગ્રહપૂર્વક પ્રયત્ન કરે તો વર્ષને અંતે દેવતાઓ પણ સંતોષ પામે એટલો પરોપકાર અને પુન્ય દરેક જણ કરી શકે.

વળી આ માસિકને મધુરૂં, રસિક, લોકપ્રિય અને ઉપયોગી કરવાને માટે જે જે મહાનુભાવ વિદ્વાન ગૃહસ્થોએ અમને અમુલ્ય સહાય અર્પી છે, તે સર્વનો આ સ્થળે અંતઃકરણપૂર્વક આભાર માનવામાં આવે છે. કેટલાક વિદ્વાન સ્ત્રીપુરૂષોએ પોતાનાં જ્ઞાનનો લાભ લેખો વડે, બીજા કેટલાકોએ માસિકનો પ્રજાવર્ગમાં ફેલાવો કરવાની સ્હાય આપી, કેટલાક બીજા હિતચિંતકોએ વખતો વખત ઉપયોગી સૂચનાઓ કરી, વળી અન્ય મિત્રોએ

વાણી,વર્તન અને મનોદ્વારા અમને ઉત્સાહ અર્પી, તથા સમસ્ત વાચક—ગ્રાહક વર્ગે શ્રી-ધન્વતરીનો સત્કાર કરી અમારા ઉપર જે ઉપકાર કર્યો છે, તેનો બદલો જો અમારાથી વળવાનો સંભવ હોય તો તે અમે યથાશક્તિ કરવાને તત્પર છીએ, પરંતુ જો આ ફરજ બજાવવામાં અમે નિષ્ફળ થઇયે, તોપણ સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા તો તેમના આ સત્કર્મનું શુભફળ તેમને અવસ્ય આપશેજ પરંતુ ઉપર લખેલી સર્વ પ્રકારની મદદ કરતા અમને અતિ વધારે ઉપયોગી, ખરા અંતઃકરણની, નિસ્વાર્થ, અને જાતુની મદદ અમારા પરમ પ્રિય સુહૃદ સન્મિત્ર શ્રીયુત્ પુરોહિત પૂર્ણચંદ્ર શર્મા તરફથી અમને મળી છે આ માસિકના વિદ્વાન્ સદ્‌ગત તંત્રી ડૉ. મંજુનાનના મર્ણથી અમારા અંતઃકરણને જે આઘાત લાગ્યો હતો, તેની લાગણી આશ્વાસન વડે ઓછી કરી, માસિક ચાલુ રાખવાનો આગ્રહ કરી, માસિક છપાવવાનું, પ્રુફ તપાસવાનું, તથા લેખો અને કાવ્યો લખવાનું, અને માસિકની વ્યવસ્થાનું બીજું પણ કંટકુક કાર્ય, કોઇ પણ પ્રકારના બદલાની આશા રાખ્યા વિના કર્યું છે, એ વાત આ પ્રસંગે પ્રસિદ્ધ કરી જાહેર રીતે તેમનો આભાર માનવાની અમે અમારી એક અગત્યની ફરજ સમજીયે છીયે અંતમા, અમને વિવિધ પ્રકારે મદદ આપનાર સર્વ સદ્‌ગૃહસ્થો—જે બધાના નામ અત્ર લખવાનું કામ અશક્ય જેવું છે—ને પુનઃ વિનંતી કે તેઓ અગાઉની માફક—અથવા અગાઉ કરતા પણ વધારે—મદદ અમને આપવાની કૃપા કરી, અમારા જનસેવાના આ કાર્યમાં સહાય આપી આભારી કરશો, તો જગત નિયંતા પરમકૃપાળુ પરમાત્મા આપણી સર્વ ઉચ્ચા અભિલાષા પૂર્ણ કરશે

"प्रदर्शन जोवा माटे मुंबाइ पधारवुं"

[લેખક રા. રા. ભગવાનલાલ ડુંગરશી.]

(મનહર)

બાહોશ વાકટરો ! અને બાહોશ છે વૈદ્યો !
દેશનું આરોગ્ય જેને હાથ છે સુધારવું !
મુંબાઇની અંદર નિરોગી લાખો લોક થયા !
એ સઉન સુધા ! વૈદ્ય ડાક્ટરોનું જાણવું !
રોગ તણા ભોગ મળ્યા ! રોગીના સંજોગ ફળ્યા !
કે મળ્યા રોગીના ભોગ એ રહ્યું વિચારવું !
તે માટે જરૂર એક વાર વૈદ્ય ડાક્ટરાનું—
પ્રદર્શન જોવા માટે મુંબાઇ પધારવું ! ! ! .. ૧.
સ્થળે સ્થળે પાટિયાના પડે પડ જામ્યા હશે !
ઇચ્છા પડે તેમ તેમ અંકેડુ ઉધાડવું !
ગલીએ ગલીએ બર્યા દેકાણે દેકાણે કર્યાં !
ઉધેઇના ઉભગનું ઠેકાણું ક્યાં પાડવું ?
વગર ભર્યું ભરાયુ પ્રદર્શન મોટું મોટું—
ખરેખર ! ખચીત ન ચિત્તમાં લગાડવું !

તે માટે જરૂર એકવાર વૈદ્ય ડાક્ટરોનું—
પ્રદર્શન જોવા માટે મુંબાઇ પધારવું ! ! ! ... ... ૨.
છીંકપીલ્સ ! હીંકપીલ્મ ! ઢીંકપીલ્સ ! ચુંકપીલ્સ !
એવા પ્રીલ્સપતિઓનું દિદાર નિહાળવું !
ગોળીના બહાર જેઓ છાપામાં છોડે છે તેવા—
ગોળીબાજો ! તણું ગાત્ર જાતો જાત ભાળવું !
છાપા માંહે ખબરો વાંચીને સશયી બનો છો,
સંશયીપણાને શાને માટે ન પ્રજાળવું ?
તે માટે જરૂર એકવાર વૈદ્ય ડાક્ટરોનું—
પ્રદર્શન જોવા માટે મુંબાઈ પધારવું ! ! ! ... ... ૩.
એક ગોળી માંહે જાય તાવ ગગન ગફોળ !
ડફોળની વાત છે એ હૃદય ન ધારવુ !
એક બાટલામાં વૃદ્ધ જુવાનીને ઘોડે ચડે !
કે ચડે છે મ્હોત ઘોડે ! એ પણ વિચારવું !
નાડી તણી વાત તો અનાડી વૈદ્ય હોય કરે !
વગર નાડીએ ! કાયા યંત્ર છે ચલાવવુ !
તે માટે જરૂર એકવાર વૈદ્ય ડાક્ટરોનુ—
પ્રદર્શન જોવા માટે મુંબાઈ પધારવું ! ! ! ... ... ૪.
વાગભટ્ટ ! ફાગભટ્ટ ! તણું કશુ કામ નથી !
નથી કુદરતી નિયમોનું નીમ પાળવું !
આંધળાએ દવા દળી ! આંધળાએ શીશી ભરી !
આંધળાએ આપી ! આંધળે ગળે ઉતારવું !
જીવે મરે તે... જવાબદાર ખુદા એક !
અમારે તો આપખુદપણું છે ચલાવવું !
તે માટે જરૂર એકવાર વૈદ્ય ડાક્ટરોનું
પ્રદર્શન જોવા માટે મુંબાઈ પધારવું ! ! ! ... ... ૫.
સ્નાનની જરૂર નહિ ! ધ્યાનની જરૂર નહિ !
પ્રભાતમાં ઉઠી હાસુ ડાક્ટરનું ભાળવું !
ધર્મ કર્મ વૃત તપ ! જપ જાપ જાણી એશા !
બાટલીનું પાણી ! કાયા કોટડીમાં ગાળવું !
એજ કર્મ ! એજ ધર્મ ! એજ મર્મ ! મુંબાઇમાં—
પ્રસર્યો છે અમારે તે તમોને દેખાડવું !
તે માટે જરૂર એકવાર વૈદ્ય ડાક્ટરોનું—
પ્રદર્શન જોવા માટે મુંબાઇ પધારવું ! ! ! ... ... ૬.
હવા ! પાણી ! માંહે ઉઠી આગ્ય દરકાર નથી !
પણ ડાક્ટરોનું ખીસું સદૈવ સંભાળવું !

ફાફી ફાફી જાવી ! અને ઍાઇલ ! ફૅાઇલ પીઇ-
[ઈ ઇ ઇ ઇ] જાવાં !
કાયાનું કૈાવત એમ કરીને લંબાવવું !
પછી દેશના સુધારા વધારા કરીને છેલ્લી-
વારે ગુમાવેલું સત્વ ! તત્વ ! ઘેર લાવવું !
તે માટે જરૂર એકવાર વૈદ્ય ડાકટરોનું—
પ્રદર્શન જોવા માટે મુંબાઈ પધારવું ! ! ! ... ... ૭.
ઉંટવૈદ્યોની બજાર માંહે મેલવા જેવા એ !
નથી એવું અમારે છે જરૂર જણાવવું !
બરબાદી થાય છે કે થાય છે આબાદી એજ !
બાદીને આબાદીનું છે બાદલુ બતાવવું !
ડોળ તેનો જોજ્યો ! તમો રોફ તેનો જોજ્યો !
નથી ટાંટિયા ધમડતા તમારી પેઠે ચાલવું !
તે માટે જરૂર એકવાર વૈદ્ય ડાકટરોનું—
પ્રદર્શન જોવા માટે મુંબાઇ પધારવું ! ! ! ... ... ૮.
બાળલગ્ન ભલે થાય ! બ્રહ્મચર્ય ન પળાય !
તેનું સ્તાન સૂતક અમારે નથી પાળવું !
અમારી દવાના તમો ડોઝ રોજ પીધાં કરો !
ખોટા ખોજ કરી નથી શૌર્ય સંધું ટાળવું !
વાળવું છે ગયેલું ખમીર હિંદ પુત્રોતણું !
તે માટે જરૂર આ પ્રદર્શન તો નિહાળવું !
કયે ભગવાન માટે કૃપા કરી એકવાર !
ગાડીનું ખરચ થાય તોપણ પધારવું ! ! ! .. .. ૯.
" ગુજરાતી. "

भय, शोक अने दुःखना विचारो शरीरना आरोग्यपर केटली बधी खराब असर करे छे ?

[લેખક નેચરોપેથીક ડૉકટર મહાદેવપ્રસાદ ધ. એમ. ઇ. એન. ડી.]

" मन एव मनुष्याणां कारणं बंध मोक्षयोः ॥ "

As a man thinketh, so he doth verily become

" જે જેવું ચિંતન કરે, તે તે મય થઇ જાય. "

ઉપર લખ્યાં છે તેવા ભાવાર્થનાં મહાન પુરૂષોનાં ઉત્તમ વચનો જ્યાં ત્યાં ઉચ્ચરાતાં આપણે સાંભળીયે છીયે, એટલુંજ નહિ પણ આપણે પોતે પણ તે વચનોમાં રહેલા મહાન સત્ય ઉપર કેટલીકવાર લબાણ ભાષણ આપવા મંડી જઇયે છીયે. છતાંએ

આવાં ઉત્તમ વચનોનુ ખરું રહસ્ય સમજી તે પ્રમાણે આચરણ કરનાર થોડાંકજ મનુષ્યો નજરે પડે છે. જ્યારે જ્યારે આપણે ગામમાં, બજારમાં, સ્ટેશન ઉપર, કે આગગાડીમાં અથવા એવાંજ મનુષ્યોને એકઠા થવાના સ્થળે જઇયે છીયે, ત્યારે ત્યારે ખાસ એક વાત આપણુ વધારેમાં વધારે ધ્યાન ખેંચે છે. અને તે એ છે કે જન સમાજમાંથી લગભગ એંશી કે નેવું ટકા મનુષ્યોનાં મુખપર અસંતોષ, વિકળતા, અને દિલગીરીની લાગણી છવાઇ રહેલી દેખાય છે. પૂર્ણ આનંદી ચહેરો તો ભાગ્યેજ આપણા જોવામાં આવે છે. માત્ર મનુષ્ય જાત સિવાય આખી સૃષ્ટિ આનંદમાં ડોલતી જણાય છે. સમજુ ગણાતી ઉત્તમ મનુષ્ય જાતી ત્યારે શા કારણથી આટલી દુઃખી અને અસંતોષી રહેતી હશે ? તેનું કારણ એ છે કે મનુષ્યોનો ઘણો મ્હોટો ભાગ વર્તમાન કાળમાં જીવન ગાળવાને બદલે, બળીને ભસ્મીભૂત થઇ ગયેલાં અથવા કબરોમાં દટાયલાં મુડદાંઓ અને ભૂતકાળના દુઃખમય બનાવોને પોતાની કલ્પનાશક્તિવડે પુનર્જીવન આપી સ્મરણ પટરૂપી ભૂમિકાપર ભજવાતાં કરૂણાજનક નાટકો જોઇ વ્યર્થ આંસુ ખેરે છે. બાકીના લોકો વળી ભવિષ્યકાળની વાતોમાંજ ગુંથાયલા રહે છે. પોતાની પ્રિય માતા કે પિતાને અંધારામાં દૂરથી આવતાં જોઇ જેમ મૂર્ખ બાળકો તેમને ચોર કે ભૂત ધારી વ્યર્થ છળી મરે છે, તેમ આવાં અજ્ઞાન મનુષ્યો ભવિષ્યકાળ પોતાનું ઇષ્ટ સંકેત અનુસાર શું શું હિત સધાવાનું છે તે ન જાણતાં ઉલટા અશ્રદ્ધાથી દુઃખ અને વિપત્તિની જુદી કલ્પના કરી ચિંતાગ્રસ્ત રહેવામાંજ અમુલ્ય વર્તમાન સમય ગુમાવી દે છે. આવાં બન્ને પ્રકારનાં મનુષ્યો મનુષ્યજીવનનો ખરો હેતુ, અને ઇશ્વરનો અગાધ પ્રેમ સમજતાંજ નથી. જગતનાં સર્વ પ્રાણીઓ કરતાં અતિ ઉત્તમ અને દુર્લભ મનુષ્ય દેહ આપી, તે સાથે અનેક સુખનાં સાધનો પુરાં પાડનાર ઇશ્વરનો અનેક વિધિએ અપાર ઉપકાર માની આનંદ મગ્ન રહેવાને બદલે, પોતાની બગડેલી કલ્પનાવડે ખોટાં દુઃખો કલ્પી લઇ, શોક અને નિરાશાના નિઃશ્વાસ નાંખ્યા કરવા એ શું મ્હોટામાં મ્હોટી કૃતઘ્નતા અને પાપ નથી ? ભૂતકાળમાં જે વાત બની ગઈ તેમાં ફેર કરવાને જગતમાં કોઇ પણ સમર્થ નથી, તો પછી તેવી વાતો માટે દુઃખ અને શોકનું શું પ્રયોજન ? તેજ પ્રમાણે ભવિષ્યમાં—અરે, પ્રાતઃકાળેજ—શું થશે તે ખુદ મહાત્માઓ પોતે પણ જાણતા નથી એમ આપણામાં કહેવત છે, તો પછી તેવા અનિશ્ચિત ભવિષ્યની વાતો દુઃખમયજ નિવડશે એમ મિથ્યા માની લેઇ તે માટે વર્તમાન કાળમાં શોક કરવા મંડી પડવું એ કેટલી મુર્ખતા ? આવાં અજ્ઞાન મનુષ્યોને બોધ આપવાની ખાતર મહાત્મા જીસસ ક્રાઇસ્ટે એક વખત નીચેના ભાવાર્થનાં વચનો ઉચ્ચાર્યાં હતાં. Look at the lilies of the valley ! How beautiful they are ! They neither spin nor sow, and yet, even St. Paul in his glory was not as grand as they. " તમે ખીણોમાં ઉગતાં પોયણાં અને કમળ તરફ નજર કરો ! તે કેવાં મનોહર દેખાય છે ! તેઓ કાંતતાં કે વાવતાં નથી, છતાં દિવ્ય પ્રભાવાળો તેજસ્વી સેન્ટ પૉલ પણ તેમના જેવો ભવ્ય દેખાતો નહોતો." સતત આનંદ, સંતોષ અને શ્રદ્ધા ગમે તેવી હલકી વ્યક્તિને કેવો ઉચ્ચ અધિકાર પ્રાપ્ત કરાવી આપે છે, તે વાત ઉક્ત મહાત્માનાં વચન સ્પષ્ટરીતે બતાવી આપે છે. ભવિષ્ય માટેની સર્વ ચિંતાઓ છોડી દેઇ માત્ર વર્તમાનકાળની દરરોજની ફરજો પ્રીતિપૂર્વક

ઉત્તમ રીતે બજાવવી એજ મનુષ્યનુ સર્વોત્તમ હિત સાધનાર માર્ગ છે પશ્ચિમના એક વિદ્વાન મહાત્માએ પણ કહ્યુ છે કે —

"In every work and every prayer I do my best,
And in his hands, without a care, I leave the rest '

અર્થાત્ "પ્રત્યેક કાર્ય અને પ્રત્યેક પ્રાર્થનામાં મ્હારાથી બનતુ હુ કરૂ છુ, અને પછી લેશ માત્ર પણ ચિંતા વગર બાકીનુ સર્વ હુ પ્રભુના હાથમા સોપુ છુ " આવી રીતે સર્વ વ્યાપક દિવ્ય સત્તા હમેશા સર્વનુ હિતજ સાધી રહી છે, એવી પૂર્ણ શ્રદ્ધા પૂર્વક જે મનુષ્ય પોતાના પ્રાપ્ત કર્તવ્ય આનદથી બજાવ્યે જાયછે, અને ચિતારૂપી રાક્ષસીના પઝામા લેશ પણ સપડાતો નથી તેનુ હમેશા ભલુજ થયા કરે છે શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને પણ શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતામા કહ્યુ છે કે –

अनन्याश्चितयतो मा ये जनाः पर्युपासते ।
तेषां नित्याभियुक्तानां योगक्षेमं वहाम्यहम् ॥

અર્થાત્ " અનન્ય ભક્તિ વડે જે જનો મ્હારૂ ચિતન કરે છે, અને મ્હને ભજે છે, તે સર્વદા મ્હારામાજ એક નિષ્ઠાવાળા જનોને ધન આદિ સર્વ લાભ અને સુખ આપુ છુ, એટલુજ નહિ પણ તેવા સર્વ લાભનુ ક્ષેમ એટલે રક્ષણ કરૂ છુ અને અતે મોક્ષ રૂપી ક્ષેમ પણ અરપુ છુ ' જે દયાળુ પ્રભુ માણસના જન્મ પહેલા તેની માતાના સ્તનમા દુધ [ધાવણ] પેદા કરે છે તે ઇષ્ટ સત્તા શુ આપણને પાછળથી દુ ખમા સડવા દેશે ? કદીજ નહિ અશ્રદ્ધાને વશ થઇ અયોગ્ય વિચાર વડે મનુષ્યો નમમા દુ ખથી મુઝાએ છે ઇશ્વરના અપૂર્વ પ્રેમ અને દયા વિષે એક હિંદી કવિએ કહ્યુ છે કે —

॥ सवैया ॥

" दात न थे तव दूध दियो जब दूध दियो पैहा अन्न न दैहै ।
जो जलमें स्थलमें पशु पंखिकी लेत सुधी सोही तोरी हु लैहै ॥
काहेकों सोच करे मन मूरख सोच किये कछु हाथ न अैहै ।
जानको देत अजानको देत जहानको देत सो तोकोही दैहै ॥ "

આ પ્રમાણે સત્ય રીતે વિચાર કરતા દુ ખ શોક અને ચિંતાના વિચારો નિરર્થક અને હાનિકારક ઠરે છે આપણી ગુજરાતી કહેવતમા પણ કહ્યુ છે કે " ચિતા ચિતા સમાન છે ' મરણના પઝામા સપડાયલા મનુષ્યો જેઓ અતિશય ભયને લીધે બેભાન થઇ ગયા પછી તેમને અકસ્માત બચાવી લેવામા આવેલા તેવા મનુષ્યોના કાળા ભમર જેવા વાળ માત્ર એકજ રાત્રીમા ભયને લીધે ધોળા પુણી જેવા થઇ ગયાના કેટલાક સત્તાવાર દાખલાઓ પ્રસિદ્ધ છે તેજ પ્રમાણે દાસીઓના હાથમા માબાપના બાળકોને છાના રાખવા માટે બહુજ બ્હીવરાવવાથી તેઓ મરણ પામ્યાના દાખલા પણ જણાયલા છે તેવીજ રીતે અતિશય ક્રોધાવેશમા આવેલી કે અત્યત શોકાતુર થયેલી માતાનુ ધાવણ

ધાવનાર બાળકોને તાણુ કે સખ્ત શૂળ આવવાના દાખલા તો ઘણીવાર સર્વ દેશમાં બને છે. "શ્રી મહાકાલ"ના વિદ્વાન વ્યવસ્થાપક શ્રીયુત છોટાલાલ જીવનલાલ પણ પોતાના એક પુસ્તકમાં આ વિષય ઉપર નીચે પ્રમાણે લખે છેઃ—

"ચિંતાના, શોકના, ભયના, ક્રોધના, દ્વેષના, અમર્યાદ મોહના, વિગેરે વિવિધ વિકારોના વિચારો વડે સર્વ પ્રકારના રોગ ઉભા થાય છે. ચિંતા ચિતા સમાન છે, એ લોકોમાં ચાલતું વાક્ય કોણ નથી જાણતું? પરંતુ આ જ્ઞાનનો ઉપયોગ કરીને રોગથી મુક્ત થોડાજ રહે છે. નિરંતર ચિંતા કરવાથી અસંખ્ય મનુષ્યોને અન્ન પચતું નથી, તથા શરીરમાં લોહી થતું નથી. શોક ઉત્પન્ન થતાં જઠર દુર્બળ પડી જાય છે. ભયથી શરીરની શક્તિ હણાઇ જાય છે. ક્રોધથી ઘણાના પ્રાણ છુટી ગયાનાં ઉદાહરણો બન્યાં છે. અને દ્વેષથી પણ શરીરની તેવીજ હાની થવાના દાખલા શોધનારને જડે એમ છે. આ વિકારોના વિચાર જ્યારે મગજમાં ચાલે છે, ત્યારે તત્કાળ લોહીમાં ફેરફાર થાય છે, વિચારના જ્ઞાનતંતુઓ અને લોહી ફરવાની નસોને અત્યંત નિકટનો સંબંધ છે, અને તેથી કરીને વિકારવાળા વિચારો મગજમાં ચાલતાં તેની અસર તત્કાળ લોહી ઉપર થાય છે. અને તેથી લોહી બગડી વિષમય થાય છે. આ કલ્પના અથવા તર્ક નથી, પણ હાલના શારીરશાસ્ત્રથી સિદ્ધ થયેલી વાર્તા છે. અમેરિકાના વૉશિંગ્ટન શહેરની સ્મિથસોનીયન ઈન્સ્ટટ્યુટ જે આજે દુનિયામાં વિદ્યા સંબંધિ સંસ્થાઓમાં (Scientific Institution) એક સર્વોત્તમ સંસ્થા ગણાય છે તેની પ્રયોગશાળામાં વિદ્યા સંબંધિ શોધોમાં અગ્રગણ્ય ગણાતા પ્રોફેસર ગેટ્સે આ સંબંધમાં અનેક પ્રયોગો કરીને સિદ્ધ કર્યું છે કે ક્રોધથી, દ્વેષથી, અને એવાજ બીજા વિકારોથી શરીરમાં હાનિકારક વિષ ઉત્પન્ન થાય છે, જેમાંનાં કેટલાંક તો અત્યંત ઝેરી હોય છે. વળી તેમને જણાયું છે કે શુભ વિચારો તથા આનંદના વિચારોથી શરીર પુષ્ટ તથા બળવાન્ થાય એવાં રાસાયણિક દ્રવ્યો શરીરમાં ઉત્પન્ન થાય છે. તેઓ કહે છે કે Bad & unpleasant feelings create harmful chemical products in the body which are physically injurious. Good, pleasant, benevolent feelings create beneficial chemical products which are physically healthful. These products *may be detected by chemical analysis* in the perspiration & secretions of the individual. More than forty of the good, and as many of the bad, have been detected. Suppose half a dozen men in a room. One feels depressed, another remorseful, another ill-tempered, another jealous, another cheerful, another benevolent. Samples of their perspiration are placed in the hands of the psycho-physicist. Under his examination they reveal all these emotional conditions distinctly & unmistakably. અર્થ:— "નઠારા અને દુઃખના વિચારો શરીરમાં હાનિકારક રાસાયણિક દ્રવ્યો ઉત્પન્ન કરે છે, જે શરીરને નુકશાન કરનાર હોય છે. સારા, સુખના, અને પરોપકારના વિચારો લાભકારક રાસાયણિક દ્રવ્યો ઉત્પન્ન કરે છે, જે શરીરનું આરોગ્ય વધારનારા હોય છે. આ દ્રવ્યો રાસાયણિક

પૃથક્કરણથી મનુષ્યના પરસેવામાં અને મળમાં જણાઇ આવે છે. ચાળીશ કરતાં વધારે સારા વિચારવાળા માણસોના તથા તેટલાજ નઠારા વિચારવાળા માણસોના શરીરમા ઉત્પન્ન થયેલાં આ દ્રવ્યો જોવામાં આવ્યાં છે. ધારો કે એક ઓરડામાં ૭ માણસ છે. તેમાંના એકને ઉદાસી જણાય છે, બીજો પશ્ચાત્તાપ કરે છે, ત્રીજો ક્રોધમાં છે, ચોથો દ્વેષ કરે છે, પાચમો આનંદી છે, અને છઠ્ઠો પરોપકારી છે. આ લોકોનો પરસેવો જૂદો જૂદો, મનોવૃત્તિઓની ચિકિત્સા કરનારને આપવામાં આવે છે, અને તે ચિકિત્સા કરનારને આ સર્વ મનોવૃત્તિઓનું સ્વરૂપ સ્પષ્ટ અને નિશ્ચિતપણે આ પરસેવા ઉપરથી જણાઇ આવે છે."

અયોગ્ય વિચારથી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પેદા થતાં ઝેરો શરીરમાં અનેક વ્યાધિઓ ઉત્પન્ન કરે છે. અજ્ઞાન ડૉકટરો અને વૈદો દરદીઓને ઝેરી દવાઓના રગડા પીવા કે ખાવા આપતા પહેલાં, રોગના આ ખરા કારણને નાબુદ કરવા તરફ લક્ષ આપે તો દુનિયાનું કેટલુ બધું હિત તેઓ કરી શકે ? જ્યાં સુધી અયોગ્ય વિચારો મનમાં ઘર ઘાલી રહેશે ત્યાં સુધી ગમે તેવી દવાઓના બેસ્વાદ ઘુંટડા લોકો ગળ્યા કરશે તોપણ વ્યાધિઓ મુળમાંથી નાશ પામનાર નથી એટલુંજ નહિ પણ અયોગ્ય વિચારોથી શરીરમાં ઉત્પન્ન થતાં વિષમય દ્રવ્યોમા ડૉકટરો અને વૈદોની દવાઓ ઉમેરો કરી દરદીનું શરીર વધારે ખરાબ કરશે. આ કારણથીજ **મી.** શેલ્ટન નામનો એક પ્રાશ્ચાત્ય વિદ્વાન્ લખે છે કે The doctors have been trying all kinds of experiments and every once in a while, they discover a cure, but it does not cure Why? Because *all disease is in the mind*, and as long as this adversary is in the mind it will hold forth in the body. This is true of all other so-called moral & *physical diseases.* અર્થ:— "ડૉકટરો અનેક જાતના પ્રયોગો અજમાવ્યા કરે છે, અને પ્રત્યેક પ્રસંગે તેઓએ કોઇ ઉપાય શોધી કહાડ્યો છે, એમ તેઓ જાહેર કરે છે, પણ તેના ઉપાયથી રોગ મટતો નથી. શાથી ? કારણ **રોગ માત્ર મનમાં રહ્યા છે;** જ્યાં સુધી મનમાં તે શત્રુ રહેશે ત્યાં સુધી શરીરમા તે જણાયા કરશે. નીતિ સંબંધિ અને શરીર **સંબંધિ બીજા** કહેવાતા સઘળા રોગોનું કારણ પણ આજ છે." તેજ પ્રમાણે અમેરિકાનો પ્રખ્યાત સુલેખક અને તત્વજ્ઞ મહાપુરૂષ હેન્રી ડેવીડ થૉરૂ (Thoreau) પણ કહે છે કે Matter is not independent of Spirit. An attempt to cure the diseases of a man by addressing his body is quackery. There is need of a physician who should minister to both soul & body at once, that is, minister to man જેનો ભાવાર્થ એવો છે કે "જેમાથી સર્વ દૃશ્ય જડ પદાર્થો બન્યા છે તે પ્રકૃતિદ્રવ્ય, પુરૂષ અથવા આત્માથી સ્વતંત્ર નથી. એક દરદીના વ્યાધિ મટાડવા માટે માત્ર તેના શરીર ઉપરજ ધ્યાન આપી ઉપચાર કરવા એ ઉંટવૈદું છે. આખા મનુષ્યની, (અર્થાત શરીર જે માત્ર મનુષ્યનો અડધો ભાગજ છે તેટલાનીજ નહિ પણ) શરીર અને મન એ બન્નેની સ્થિતિ એકી વખતે ધ્યાનમાં લઇ તે પ્રમાણે ઉપચાર કરનાર વૈદ અને ડૉકટરોનીજ જરૂર છે." મનમાં સારા નરસા વિચારોની

શરીરપર ભલી કે બુરી અસર અવશ્ય થાય છે એ વાત આપણા પૂર્વના ૠષિ મુનિઓ સારી રીતે સમજતા હતા એ વાત તેમના લખેલા અનેક ગ્રંથો પરથી સાબિત થાય છે. આપણા દેશની જ નહિ પણ બીજા સર્વ દેશની સુધરેલી પ્રજાએ આ વાત સ્વિકારતી હતી. દષ્ટાંત તરીકે અરબસ્તાનના લોકોમાં પ્રચલિત એક બોધદાયક ટુંક દંતકથા અત્ર આપવી જરૂરની ધારૂ છું:—

એક દિવસ કોઇ એક ફકીર કેરો શહેર તરફ જતો હતો તે વખતે તેને "મરકીબાઇ" સામી મળી. પેલા ફકીરે તેને પુછ્યું કે "તું કયાં જાય છે?" ત્યારે મરકીબાઇએ જવાબ આપ્યો કે હું કેરો શહેરમાં ત્રણ હજાર માણુસોના જીવ લેવા જાઉં છું." કેટલાક વખત પછી પેલો ફકીર તેજ જગાએ થઇને પાછો જતો હતો તેવામાં પેલાં મરકીબાઇ ફરીથી તેને મળ્યાં, ત્યારે તેણે તેને પુછ્યું કે "તે દિવસે તું મને મળી ત્યારે તો ત્હેં એમ કહ્યું હતું કે, હું માત્ર ત્રણ હજાર માણુસોના જીવ લેવા જાઉં છું, અને પછી તેં ત્રણ ને બદલે ત્રીસ હજાર માણુસોના પ્રાણ કેમ લીધા? જુઠું બોલતાં તને શરમ નથી આવતી?" આના જવાબમાં મરકીબાઇ બોલ્યાં કે "હું જુઠું બિલકુલ બોલી નથી. મ્હારાં વચન પ્રમાણે મ્હેં તો માત્ર ત્રણ હજાર લોકોનાજ જાન લીધા છે, બાકીના સત્તાવીસ હજાર માણુસો તો રોગ થવાના ખોટા ભયથી ફફડીને મરણ પામ્યાં, તેમાં તેમનો પોતાનોજ દોષ છે!!" આમ કહી તે ચાલી ગઈ.

મનુષ્યના મન પર ધાસ્તી અથવા ભય કેવી મ્હોટી અને સખ્ત અસર કરે છે, તે સાબિત કરનાર એક ખરો બનાવ થોડાં વર્ષ ઉપર ઑસ્ટ્રીઆ દેશના રાજનગર વિએના શહેરમાં બન્યો હતો. તે શહેરના એક ઘણા વિદ્વાન અને હુંશીયાર ડૉક્ટરે સરકાર પાસેથી ફાંસીની સજા પામેલા એક ગુન્હેગારને તેના પર વૈદકના અખતરા કરવાને માટે માંગી લીધો. પછી તે ગુન્હેગારને પોતાની હૉસ્પીટલમાં લઈ જઇને ડૉક્ટરે તેને કહ્યું કે જો તું આજની રાત એક બિછાના પર સુવે કે જેની ઉપર ચાર કલાક આગમચ એક આદમી કોલેરાના રોગથી મરણ પામ્યો હતો, તો ત્હારો ગુન્હો માફ કરાવી આપવાને હું બંધાઉં છું. પેલા કેદીએ તે વાત કબુલ કરી અને પેલા બિછાના પર તે સુતો. પરંતુ તેવી રીતે સુતા પછી ત્રણ કલાક પણ નહિ થયા હોય એટલામાં તો પેલા કેદીના ઉપર કૉલેરા વ્યાધિએ સખત હુમલો કર્યો. તેને અસંખ્ય ઝાડા અને ઉલટીઓ થવા લાગી, અને હાથ પગના સ્નાયુઓમાં ગોટલા બાઝી તિવ્ર વેદના શરૂ થઇ. અંતે આવી ભયંકર હાલતમાંથી તેને બચાવવા માટે શહેરના તમામ હુંશીયાર હકીમ અને ડૉક્ટરોની એક કમીટી પેલા દરદીની સારવાર માટે બોલાવવામાં આવી અને શારીરિક તેમજ માનસિક અનેક ઉપચાર કર્યા પછી તે માણુસ જીવી શકયો. આ કદાવર અને બહુ બળવાન ગુન્હેગારનું શરીર માત્ર એકજ રાત્રિમાં છેકજ નિર્બળ બની ગયેલું જોઇ સર્વને આશ્ચર્ય લાગ્યું. પરંતુ તે કરતાં પણ ઘણીજ વધારે તાજુબી સર્વને ત્યારે લાગી, કે જ્યારે પેલા પ્રખ્યાત ડૉક્ટરે સર્વને ખાત્રી પુરાવા સાથે નિશ્ચયપૂર્વક જણાવ્યું કે જે બિછાનાપર સુઇને આ ગુન્હેગાર કોલેરાના ભયંકર પંઝામાં સપડાયો હતો તે બિછાનું તદન સાફ અને નિરોગી હતું, અને તેનાં પર પૂર્વે કોઇ પણ દરદી કદી પણ સુતો નહોતો. "કોલેરાથી મરણ પામેલા દરદીના બિછાના

પર હુ સુતેા છુ ” એવા ભયના વિચારમાજ તેનુ મન લાંબો વખત ગુથાયલુ રહેવાથી, પરિણામે તેના શરીરમા કોલેરાના સખ્ત ચિન્હો એક પછી એક જણાવા લાગ્યા, અને વિદ્વાન કુશળ હકીમેા અને ડૉકટરોની યેાગ્ય મદદ ન મળી હેાત તેા તે થોડાજ વખતમા મરણ પામત

ઉપર જણાવ્યા તેવા બનાવેા અને પ્રયેાગેા ઘણે સ્થળે વારવાર બને છે, એ વાત શારીર શાસ્ત્ર અને માનસશાસ્ત્રના અભ્યાસકોથી અજાણી નથી પરચુરણ વિષયો ચર્ચનાર પત્રોમા પણ આ વિષયપર કોઇ કોઇ લેખો પ્રસિદ્ધ થાય છે દાખલા તરિકે મુબઈ સમાચારના તા ૮-૫-૧૯૦૮ ના અકમા એક લેખ પ્રસિદ્ધ થયેા હતેા જેનેા સાર નીચે પ્રમાણે છે —

દુ ખ દરદોની બાબતમા માણુસના મગજની સ્થિતિ તેના ઉપર કેવી અસર કરે છે તે અત્યાર સુધી અજાણ્યુ તેા નથી રહેલુ, તોપણ તે બાબતમા દિન પર દિન જાણવા જોગ ખુલાસા થતાજ જાય છે દરદીને ગમે તેવી બધ બેસતી દવા આપવા છતા પણ જો તેના મગજમા એવેા વિચાર આવ્યેા કે તેને આપવામા આવેલી દવાથી પોતાને ફેર પડવાનેા નથી, અથવા જે વૈદ કે ડૉકટરની તે દવા કરે છે તેની દવા સાથે તેને લ્હેણુ ’ નથી, અગર તેની દવા પેાતાને ‘ સ્હેતી નથી, ’ તેા પછી તે દરદીને તેવી દવાથી ઘણા વખત સુધી કઈજ લાભ જણાતેા નથી, એ વાતના ઘણા દાખલા સર્વકોઇના અનુભવમા આવે છે એથી ઉલટી રીતે, દવા તરિકે કઇ પણ ગુણ વગરની ગણાતી રાખોડી કે ખડીની ભૂકીને મેાઘી અમુલ્ય માત્રા તરિકે આપવામા આવે છે, અને જો તે આપનારપર દરદીની પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને આસ્થા હેાય છે તેા તેવી નજીવી ચીજથી તેનેા રેાગ મટી જાય છે આવા પરિણામ આવવાનુ કારણ દરદીનેા પોતાનોજ અમુક પ્રકારનેા વિચાર કે ખ્યાલજ હેાય છે આની જાતના અનુકુલ પ્રતિકુલ વિચારો કાંતેા દરદી પોતેજ પોતાના મગજમા ઉપજાવી કહાડે છે, અથવા તેા તેના સગા સબધિઓ તેના મનમા એમ ઠસાવી દે છે કે અમુક વૈદ કે ડૉકટરની દવા સારી અને અમુકની ખેાટી ગમે તેવેા હુશીઆર વૈદ કે ડૉકટર હેાય પરતુ દુર્ભાગ્યે ગામના લેાકોના મનમા જો એવેા [illegible] ઠસી જવા પામે છે કે આ વૈદ કે ડાક્ટરનેા “હાથ સારો નથી ’ અથવા તેને અને દરદીઓને “ લ્હેણુ નથી ” તેા પછી તેના ગમે તેવી મેાઘી અને અકસીર દવાથી પણ દરદીઓને કઈજ લાભ જણાતેા નથી મનના વિચારની અસર આટલેથીજ અટકતી નથી, પણ અમુક જાતના રેાગ વિષે ભયથી વિચાર લાબેા વખત કરવામા આવે છે, તેા મૂળ જે રોગ માણુસના શરીરમા લેશ માત્ર પણ ન હેાય તે વ્યાધિ તેનામા દેખાવા લાગે છે આવુ નઠારુ પરિણામ હાલની મરકી અને કોલેરાના સબધમા બનતુ જોવામા આવે છે ‘મને પ્લેગનેા અથવા કોલેરાનેા ચેપ લાગ્યેા છે એવેા દૃઢ વહેમ ભરાઈ જવાથી ઘણાઓના તે રેાગથી ફોગટ પ્રાણ ગયા છે આ સબધમા ઇગ્લૅડની એક મેાટી હેાસ્પીટલના વડાએ કરી જોયેલા પ્રયેાગોનુ બયાન તે પોતે નીચે પ્રમાણે આપે છે —

સાદા ચેાખ્ખા પાણીમા જરા રંગ નાખીને શક્તિની દવા તરીકે તે પ્રવાહી મ્હે એકસેા દરદીઓને એકી વેળાએ તે પાયુ તે પીધા પછી સઘળા દરદીઓ ખુશ મિજાજમા આવેલા જણાવા લાગ્યા આ પ્રમાણે થેાડીવાર ચાલવા દીધા પછી મે ગભરાયલે ચેહેરે દેાડતા જઇને તે દરદીઓને જણાવ્યુ કે તમને બધાઓને ભૂલમા શક્તિની દવાને બદલે

ઉલટીની દવા અપાઇ ગઇ છે, માટે તમને ઉલટીઓ થવા લાગે તોપણ ગભરાશો નહિ. આ વાત થયા પછી ધીરે ધીરે એક પછી એક દરદીનો જીવ ડહોળાવા લાગ્યો, પેટમાં અમળાવા લાગ્યું અને ઉબકા આવવા લાગ્યા. થોડીવારમાં તો કેટલાકને સખત ઉલટીઓ [Vomit] થવા લાગી. એમ કરતાં તે તબીબ જણાવે છે કે સો માંથી એંશી જણે ઉલટી કરી, અને બાકીના વીસ જણ પણ બેચેન બની બિછાનાપર પડી રહ્યા.

ઘણા માણસોએ જમતાં માખી ગળી હોતી નથી, પણ જમવામાં માખી આવી ગઇ છે, એવી જો તેઓને ભ્રાંતિ પડે છે, અને તે પ્રમાણે જો તેઓ દઢપણે માને છે તો થોડીવારમાં તેમને ઉલટી થયા વિના રહેતી નથી. આવો અનેક મનુષ્યોને અનેક પ્રસંગે અનુભવ થયો છે.

મન જે વાત દઢપણે માને છે તેની શરીરપર કેટલી બધી અસર થાય છે તેનો માત્ર એક વધુ દાખલો ખાસ જાણવા જેવો હોવાથી અત્ર લખ્યા વિના ચાલતું નથી. હું તે ખરો બનેલો બનાવ શ્રીયુત છોટાલાલ જીવનલાલના શબ્દોમાંજ અત્ર વર્ણવીશ. તેઓ કહેછે કેઃ—

"દઢપણે માનવાથી મૃત્યુ થાય છે કે કેમ, એ જોવા વિલાયતના ચાર પાંચ ડૉક્ટરોએ એક પ્રસંગે સરકારની પરવાનગી મેળવીને એક જન્મ ટીપવાળા કેદી ઉપર નીચેનો પ્રયોગ કરી જોયો. તેમણે તે કેદીને પોતાની પ્રયોગશાળામાં આણ્યો. કેદીને જણાવ્યું કે તારા હાથની ધોરી નસ કાપી તેમાંથી લોહી કાઢવાનું છે, અને મરણ થતાં સુધી નાડીની ગતિ, સમયે સમયે કેવી થતી જાય છે, તેનો પ્રયોગ કરવાનો છે. આ વિગેરે કહી તેમણે પોતાનાં વાઢકુપ કરવાનાં હથીયાર કાઢયાં. રોગીની આંખે પાટા બાંધી તેને એક ખાટલામાં સુવાડયો. તેની બાજુએ રોગીના શરીરમાંથી વહેતા લોહીને પડવા માટે એક વાસણ મૂકયું. આ વિના વાઢકુપ કરવા માટે જે જે તૈયારીઓ કરવામાં આવે છે તે સઘળી તેઓએ કેદીના દેખતાં કરી. પછી કેદીની ધોરી નસ કાપતા હોય તેમ તેઓએ તેના હાથપર શસ્ત્ર મૂકયું, પણ ખરી રીતે ધોરી નસ કાપવાને બદલે તેઓએ બીજી જગાએજ સહજ ટચકો મૂકયો, પણ ધોરી નસજ કાપી છે, એમ તે કેદીને ભાન થાય એવો ડોળ કર્યો. તેઓએ લોહીની ગરમી જેટલા ગરમ પાણીને બીજા ઓરડામાં તૈયાર રાખ્યું હતું, તે ગુપચુપપણે આણ્યું, અને કાચની નળીઓની મદદ વડે કેદીની ધોરી નસ આગળથી તેનો પ્રવાહ નીચેના પાત્રમાં એવી રીતે વહેવડાવવા માંડયો કે કેદીને એમજ ભાન થયું કે મ્હારી ધોરી નસમાંથી લોહીની ધારા પડે છે. નીચેના વાસણમાં આ પાણી પડવાથી, લોહી પડવાથી પાત્રમાં જેવો અવાજ થાય તેવો અવાજ થતો. માંહોમાંહી ડાક્ટરો "આટલું લોહી વહી ગયું, આટલું બીજું વહેશે, એટલે કેદી મૂર્છિત થશે, આટલું વહી ગયા પછી હૃદયના ધબકારા ઓછા થઇ જશે, હવે કેદીના મુખ ઉપરની રતાશ ઓછી થઇ, હવે લોહી આટલું વહ્યું," એવી એવી વાતો અત્યંત ગંભીરતાથી કર્યા કરતા. એક ડૉક્ટર કેદીની બીજા હાથની નાડીના ઉપર હાથ રાખી તેના ધબકારા ગણ્યા કરતો હતો. બીજો તેના હૃદયપર હાથ રાખી તેની ગતિ માપતો હતો. વળી માંહોમાંહે ધીરા અવાજમાં કેદીને કોઇપણ જાતનો સંશય ન રહે, એવી વાતો કર્યા કરતા હતા. પરિણામ એ આવ્યો કે કેદીએ દઢપણે માન્યું કે મારી ધોરી નસ કાપી છે, તેમાંથી પુષ્કળ લોહી વહે છે, અને હવે અલ્પ સમયમાં મ્હારૂં મૃત્યુ થશે. ખરૂં જોતાં કેદીની ધોરી નસમાંથી લોહીનું એક ટીપું સરખું પણ પડ્યું

નહોતું, પણ રોગીએ દૃઢપણે પુષ્કળ લોહી વહે છે, એમ માન્યું હતુ, અને તેથી છેવટે ખરેખરૂં લોહી વહેનાર માણસની નાડી જેમ પુષ્કળ લોહી વહેવાથી મંદ પડી જાય, તેમ આ કેદીની નાડી ધીમી પડી ગઈ, હૃદયનો વેગ ઓછો થતો ગયો, અને છેવટે તે એક પણ લોહીનું ટીપુ શરીરમાથી વહ્યા વિના મરણ પામ્યો

પ્રિય વાચનાર! આવા આવા અનેક ઉદાહરણો તમને પોતાને પણ, જો તમે બારીકીથી અવલોકન કર્યું હશે, તો મનના શરીર ઉપર ચાલતા સામર્થ્ય વિષે અનુભવમાં આવ્યાં હશે તમે પોતે પણ આજે તમારૂ શરીર જે સ્થિતિમા જુઓ છો, તે સ્થિતિ તમામ મનના વિચાર વડેજ પ્રાપ્ત કરી છે

(અપૂર્ણ)

एकज बिछानामां भेगा सुवाथी थती हानी.

(લેખક ને ડૉ મહાદેવપ્રસાદ ઇ એમ ધ.)

આ વિષય ઉપર લખવાનીજ જરૂર પડે છે એ એક દિલગીરીની વાત છે, પરંતુ અજ્ઞાનને લીધે અયોગ્ય રૂઢિઓ અને કુટેવોના ભોગ થઈ પડતા મનુષ્યોને ભયની ચેતવણી આપવાની ફરજ પણ અમે બરાબર સમજીયે છીયે જેમ બીજાઓને નુકશાન થાય તેવુ કામ કરવુ તે એક પાપ છે, તેજ પ્રમાણે અજ્ઞાનથી આડે માર્ગે ચાલનાર મનુષ્યને તેની ભૂલ અને તેમા રહેલો ભય બતાવી આપવામાં પ્રમાદ સેવવો, એ પણ એક મ્હોટુ પાપ છે. કાઉન્ટ ટૉલ્સ્ટૉયે પણ કહ્યુ છે કે Inaction in a deed of mercy is an action in a deadly sin. આ કારણને લીધે, અમે ખોટી શરમના (Mock-modesty) ને વશ થઇ આ બાબત ઉપર મુગા રહેવાને બદલે, લોકોને ખરી વાતથી જાણીતા કરવાની જરૂર અને ફરજ સ્વિકારી છે

વિવાહિત સ્ત્રી પુરૂષો વચ્ચે શરૂઆતમા પૂર્ણ પ્રેમ એક બીજા તરફ દેખાય છે પરંતુ થોડાક વર્ષ પછી તે ઘણે અંશે ઓછો થઇ ગયેલો કેમ જણાય છે? લગ્ન પૂર્વે વર વધુ બન્ને સ્વરૂપવાન, સપ્રમાણ અવયવોવાળા, ગુલાબી પ્રફુલ્લ મુખવાળા, તેજસ્વી આંખો અને પુષ્ટ શરીરવાળા હોય છે, પરંતુ લગ્ન પછી બે માંથી એક જણ દિવસે દિવસે ક્ષીણ, નિસ્તેજ, અને નિર્બળ થતું જતુ કેમ જણાય છે? આનંદી અને હસમુખો સ્વભાવ બદલાઈ જઇને વર કે વહુમાથી એક જણ ચીડીયા સ્વભાવનું કેમ બની જાય છે? એક બીજા વચ્ચે અપ્રીતિ કેમ ઘણીવાર જોવામા આવે છે? પતિ પત્નિ વચ્ચેના પ્રેમની અપૂર્વ વેલી વધવા, ખીલવા, અને ફાલવાને બદલે દિન પર દિન શા કારણથી સુકાઇ જતી અને નાશ પામતી ઘણે સ્થળે જોવામા આવે છે? આ પ્રશ્નોના જવાબમા ખચીત એક કરતાં વધારે ખરાં કારણો ગણાવી શકાય, જેવા કે, અમર્યાદ વિષયસેવન, ગૃહ સંસારનો બોજો, અનેક પ્રકારના વ્યાધિઓ, પરસ્પરના દુર્ગુણો, ખામીઓ અને દોષોનો દર રોજનો અનુભવ વિગેરે વિગેરે આ કારણો સમજુ લોકો થોડા ઘણા સમજે છેજ પરંતુ આ હાનિકર કારણોમાથી ઘણાકને પેદા કરનાર, અને લોકોની સમજમાથી બચી જવા પામેલું

ઉલટીની દવા અપાઇ ગઇ છે, માટે તમને ઉલટીઓ થવા લાગે તોપણ ગભરાશો નહિ. એ વાત થયા પછી ધીરે ધીરે એક પછી એક દરદીનો જીવ ડહોળાવા લાગ્યો, પેટમાં અમળાવા લાગ્યું અને ઉબકા આવવા લાગ્યા. થોડીવારમાં તો કેટલાકને સખત ઉલટીઓ [Vomit થવા લાગી. એમ કરતાં તે તખીબ જણાવે છે કે સો માંથી એંશી જણે ઉલટી કરી અને બાકીના વીસ જણ પણ બેચેન બની બિછાનાપર પડી રહ્યા.

ઘણા માણસોએ જમતાં માખી ગળી હોતી નથી, પણ જમવામાં માખી આવી ગઇ છે, એવી જો તેઓને ભ્રાંતિ પડે છે, અને તે પ્રમાણે જો તેઓ દઢપણે માને છે તો થોડી વારમાં તેમને ઉલટી થયા વિના રહેતી નથી. આવો અનેક મનુષ્યોને અનેક પ્રસંગે અનુભવ થયો છે.

મન જે વાત દઢપણે માને છે તેની શરીરપર કેટલી બધી અસર થાય છે તેનો માત્ર એક વધુ દાખલો ખાસ જાણવા જેવો હોવાથી અત્ર લખ્યા વિના ચાલતું નથી. હું તે ખરો બનેલો બનાવ શ્રીયુત છોટાલાલ જીવનલાલના શબ્દોમાંજ અત્ર વર્ણવીશ. તેઓ કહેછે કેઃ—

"દઢપણે માનવાથી મૃત્યુ થાય છે કે કેમ, એ જોવા વિલાયતના ચાર પાંચ ડૉક્ટરોએ એક પ્રસંગે સરકારની પરવાનગી મેળવીને એક જન્મ ટીપવાળા કેદી ઉપર નીચેનો પ્રયોગ કરી જોયો. તેમણે તે કેદીને પોતાની પ્રયોગશાળામાં આણ્યો. કેદીને જણાવ્યું કે તારા હાથની ધોરી નસ કાપી તેમાંથી લોહી કાઢવાનું છે, અને મરણ થતાં સુધી નાડીની ગતિ, સમયે સમયે કેવી થતી જાય છે, તેનો પ્રયોગ કરવાનો છે. આ વિગેરે કહી તેમણે પોતાનાં વાઢકુપ કરવાનાં હથીયાર કાઢ્યાં. રોગીની આંખે પાટા બાંધી તેને એક ખાટલામાં સુવાડ્યો. તેની બાજુએ રોગીના શરીરમાંથી વહેતા લોહીને પડવા માટે એક વાસણ મૂક્યું. આ વિના વાઢકુપ કરવા માટે જે જે તૈયારીઓ કરવામાં આવે છે તે સઘળી તેઓએ કેદીના દેખતાં કરી. પછી કેદીની ધોરી નસ કાપતા હોય તેમ તેઓએ તેના હાથપર શસ્ત્ર મૂક્યું, પણ ખરી રીતે ધોરી નસ કાપવાને બદલે તેઓએ બીજી જગાએજ સહજ ટચકો મૂક્યો, પણ ધોરી નસજ કાપી છે, એમ તે કેદીને ભાન થાય એવો ઢોળ કર્યો. તેઓએ લોહીની ગરમી જેટલા ગરમ પાણીને બીજા ઓરડામાં તૈયાર રાખ્યું હતું, તે ચુપચુપપણે આણ્યું, અને કાચની નળીઓની મદદ વડે કેદીની ધોરી નસ આગળથી તેનો પ્રવાહ નીચેના પાત્રમાં એવી રીતે વહેવડાવવા માંડ્યો કે કેદીને એમજ ભાન થયું કે મ્હારી ધોરી નસમાંથી લોહીની ધારા પડે છે. નીચેનાં વાસણમાં આ પાણી પડવાથી, લોહી પડવાથી પાત્રમાં જેવો અવાજ થાય તેવો અવાજ થતો. માંહોમાંહી ડાક્ટરો "આટલું લોહી વહી ગયું, આટલું બીજું વહેશે, એટલે કેદી મૂર્છિત થશે, આટલું વહી ગયા પછી હૃદયના ધબકારા ઓછા થઇ જશે, હવે કેદીના મુખ ઉપરની રતાશ ઓછી થઇ, હવે લોહી આટલું વહ્યું," એવી એવી વાતો અત્યંત ગંભીરતાથી કર્યા કરતા. એક ડૉક્ટર કેદીની બીજા હાથની નાડીના ઉપર હાથ રાખી તેના ધબકારા ગણ્યા કરતો હતો. બીજો તેના હૃદયપર હાથ રાખી તેની ગતિ માપતો હતો. વળી માંહોમાંહે ધીરા અવાજમાં કેદીને કોઇપણ જાતનો સંશય ન રહે, એવી વાતો કર્યા કરતા હતા. પરિણામ એ આવ્યો કે કેદીએ દઢપણે માન્યું કે મારી ધોરી નસ કાપી છે, તેમાંથી પુષ્કળ લોહી વહે છે, અને હવે અલ્પ સમયમાં મ્હારૂં મૃત્યુ થશે. ખરૂં જોતાં કેદીની ધોરી નસમાંથી લોહીનું એક ટીપું સરખું પણ પડ્યું

નહોતું, પણ રોગીએ દઢપણે પુષ્કળ લોહી વહે છે, એમ માન્યું હતું, અને તેથી છેવટે ખરેખર લોહી વહેનાર માણસની નાડી જેમ પુષ્કળ લોહી વહેવાથી મંદ પડી જાય, તેમ આ કેદીની નાડી ધીમી પડી ગઈ, હૃદયનો વેગ ઓછો થતો ગયો, અને છેવટે તે એક પણ લોહીનું ટીપું શરીરમાંથી વહ્યા વિના મરણ પામ્યો.

પ્રિય વાંચનાર! આવાં આવાં અનેક ઉદાહરણો તમને પોતાને પણ, જો તમે બારીકીથી અવલોકન કર્યું હશે, તો મનના શરીર ઉપર ચાલતા સામર્થ્ય વિષે અનુભવમાં આવ્યાં હશે. તમે પોતે પણ આજે તમારૂં શરીર જે સ્થિતિમાં જુઓ છો, તે સ્થિતિ તમારા મનના વિચાર વડેજ પ્રાપ્ત કરી છે.

(અપૂર્ણ.)

एकज बिछानामां भेगा सुवाथी थती हानी.

(લેખક ને. ડૉ મહાદેવપ્રસાદ ૪. એમ. ૪.)

આ વિષય ઉપર લખવાનીજ જરૂર પડે છે એ એક દિલગીરીની વાત છે; પરંતુ અજ્ઞાનને લીધે અયોગ્ય રૂઢિઓ અને કુટેવોના ભોગ થઈ પડતાં મનુષ્યોને ભયની ચેતવણી આપવાની ફરજ પણ અમે બરાબર સમજીયે છીયે. જેમ બીજાઓને નુકશાન થાય તેવું કામ કરવું તે એક પાપ છે, તેજ પ્રમાણે અજ્ઞાનથી આડે માર્ગે ચાલનાર મનુષ્યને તેની ભૂલ અને તેમાં રહેલો ભય બતાવી આપવામાં પ્રમાદ સેવવો, એ પણ એક મ્હોટું પાપ છે. મેડમ બ્લૅવેટ્સ્કીએ પણ કહ્યું છે કે Inaction in a deed of mercy is an action in a deadly sin. આ કારણને લીધે, અમે ખોટી સભ્યતા (Mock-modesty) ને વશ થઇ આ બાબત ઉપર મુંગા રહેવાને બદલે, લોકોને ખરી વાતથી જાણીતા કરવાની જરૂર અને ફરજ સ્વિકારી છે.

વિવાહિત સ્ત્રી પુરૂષો વચ્ચે શરૂઆતમાં પૂર્ણ પ્રેમ એક બીજા તરફ દેખાય છે પરંતુ થોડાંક વર્ષ પછી તે ઘણે અંશે ઓછો થઇ ગયેલો કેમ જણાય છે ! લગ્ન પૂર્વે વર વધુ બન્ને સ્વરૂપવાન, ચપળ અવયવોવાળાં, ગુલાબી પ્રફુલ મુખવાળાં, તેજસ્વી આંખો અને પુષ્ટ શરીરવાળાં હોય છે, પરંતુ લગ્ન પછી બે માંથી એક જણ દિવસે દિવસે ક્ષીણ, નિસ્તેજ, અને નિર્બળ થતું જતું કેમ જણાય છે ? આનંદી અને હસમુખો સ્વભાવ બદલાઈ જઈને વર કે વહુમાંથી એક જણ ચીડીયા સ્વભાવનું કેમ બની જાય છે ? એક બીજા વચ્ચે અપ્રીતિ કેમ ઘણીવાર જોવામાં આવે છે ? પતિ પત્નિ વચ્ચેના પ્રેમની અપૂર્વ વેલી વધવા, ખીલવા, અને ફાલવાને બદલે દિન પર દિન શા કારણથી સુકાઇ જતી અને નાશ પામતી ઘણે સ્થળે જોવામાં આવે છે? આ પ્રશ્નોના જવાબમાં ખચીત એક કરતાં વધારે ખરાં કારણો ગણાવી શકાય, જેવાં કે, અમર્યાદ વિષયસેવન, ગૃહ સંસારનો બોજો, અનેક પ્રકારના વ્યાધિઓ, પરસ્પરના દુર્ગુણો, ખામીઓ અને દોષોનો દર રોજનો અનુભવ વિગેરે વિગેરે. આ કારણો સમજુ લોકો થોડાં ઘણાં સમજે છેજ, પરંતુ આ હાનિકર કારણોમાંથી ઘણાંકને પેદા કરનાર, અને લોકોની સમજમાંથી બચી જવા પામેલું

એક મૂળ અને મુખ્ય કારણ "એક પથારીમાં શયન કરવું" તે છે. આ હાનિકારક રિવાજથી થતું નુકશાન લોકોને બરાબર સમજાયું હોય એમ તેમના વર્તન ઉપરથી જણાતું નથી, અને તેથીજ આ બાબત ઉપર વિવેચન કરવાની જરૂર જણાય છે.

દરેક જીવતા પ્રાણી કે મનુષ્યમાં એક પ્રકારનો જીવનપ્રવાહ કે વિદ્યુતસંચાર ચાલી રહેલો હોય છે. આ પ્રવાહને લીધે જે શરીરના અવયવો પોત પોતાનું કાર્ય કરી શકે છે, અને મગજમાં વિચારો પેદા થઇ શકે છે. આ તત્વને ઓજસ, ચુંબક શક્તિ, વિદ્યુત બળ, "મૅગ્નેટીઝમ" વિગેરે વિગેરે નામ આપવામાં આવે છે. આ અદૃશ્ય તત્વ કે શક્તિ બે પ્રકારની હોય છે, એક ઉગ્ર, અને બીજી નમ્ર, એક સક્રિય અને બીજી નિષ્ક્રિય, એક "પૉઝીટીવ" અને બીજી "નેગેટીવ" પુરૂષમાં પૉઝીટીવ શક્તિ જોવામાં આવે છે, અને સ્ત્રીમાં ઘણું કરીને નેગેટીવ બળ હોય છે. આવો ભેદ સર્વ પ્રાણીઓમાં પણ જોવામાં આવે છે. હવે જેમ લોહ ચુંબકના પૉઝીટીવ [ઉત્તર] નેગેટીવ (દક્ષિણ) ધ્રુવ હમેશાં એક બીજાને આકર્ષે છે, અને પૉઝીટીવ વિજળી નેગેટીવ વિજળીને મળવા માટે હમેશાં તલપી રહે છે. તેજ પ્રમાણે સ્ત્રી પુરૂષ કે નર માદા વચ્ચે આ પરસ્પર ભિન્ન પ્રકારની ચુંબક શક્તિને લીધે આકર્ષણ થયાજ કરે છે. આ પ્રકારના ભેદને લીધેજ સ્ત્રી પુરૂષ વચ્ચે પ્રેમ થવા સંભવે છે. હવે વિદ્યુતશાસ્ત્રનો એ એક જાણીતો નિયમ છે કે, બે ચીજોમાંથી એકમાં પૉઝીટીવ અને બીજામાં નેગેટીવ બળ જેટલા વધારે પ્રમાણમાં એકઠું કરી ભરવામાં આવ્યું હોય તેટલા પ્રમાણમાં તે બે ચીજો વચ્ચે વધારે આકર્ષણ થાય છે. એટલુંજ નહિ પણ આ બે પ્રકારની વિદ્યુતશક્તિઓ જેટલા વધારે જથ્થામાં પરસ્પર મળે છે તેટલાજ વધારે પ્રમાણમાં તેમના સંયોગથી વિદ્યુતનો ચમકારો (Electric spark) થાય છે. આ નિયમ નરમાદા કે સ્ત્રી-પુરૂષને પણ તેટલીજ સારી રીતે લાગુ પડે છે. આરોગ્યની સાચવણી અને બ્રહ્મચર્યના પાલન વડે સ્ત્રી અને પુરૂષ પોત પોતામાં જેટલા વધારે પ્રમાણમાં બળનો જમાવ કરે છે, તેટલા પ્રમાણમાં તેમના સંયોગથી ઉત્પન્ન થનાર પ્રજા વધુ તેજસ્વી, નિરોગ અને બળવાન થાય છે. આ સર્વ વિવેચન ઉપરથી એજ ફલિતાર્થ નિકળે છે કે ઉત્તમ પ્રજા ઉત્પન્ન કરવા, અને પતિ પત્નિ વચ્ચેનો પ્રેમ અને પ્રીતિ વધારવા માટે દરેકમાં પોતપોતાની વિજળીનો વધારે પ્રમાણમાં સંચય કે જમાવ થવા દેવો. આમ નહિ કરતાં જો સ્ત્રી અને પુરૂષના શરીરમાં દરરોજ ઉત્પન્ન થતું પૉઝીટીવ અને નેગેટીવ બળ દરરોજ ખર્ચી નાખવામાં આવે છે તો પરસ્પર વચ્ચેનો પ્રેમ અને આકર્ષણ ઓછાં થઇ જાય છે. આવું નહિ ઇચ્છવા યોગ્ય પરિણામ એકજ પથારીમાં ભેગાં સુવાથી આવે છે. આપણા તેમજ ઇતર દેશોમાં એકજ પથારીમાં દરરોજ ભેગાં સુવાનો રિવાજ જ્યાં ત્યાં ઘણે સ્થળે જોવામાં આવે છે. પરંતુ તેવા રિવાજથી થતી હાનિ ઘણા વિદ્વાનો અને સમજુ મનુષ્યોના લક્ષમાં આવ્યા વિના રહેતી નથી. આ વાતને લક્ષમાં રાખીને આપણા કેટલાક શાસ્ત્રકારોએ દરેક માણસની પથારી બીજાની પથારીથી ઓછામાં ઓછી દોઢ હાથ દૂર રાખવાની આજ્ઞા કરેલી જોવામાં આવે છે. પશ્ચિમના વિદ્વાનોએ તો આ સંબંધમાં જરા ઉંડો અભ્યાસ કરેલો જોવામાં આવે છે. અને ઘણા પ્રખ્યાત ડૉકટરો અને વિદ્વાનો સ્ત્રી પુરૂષના દરરોજ એકજ પથારીમાં ભેગા સુવાના ખોટા રિવાજને બહુજ સખત શબ્દોમાં ધિક્કારી

કાઢે છે આપણા દેશમા પણ કોઇ કોઇ વિરલા ડૉકટરોએ આ સબધમાં ટીકા કરવાની હીંમત બતાવેલી જણાય છે આવા પ્રશસાપાત્ર વિદ્વાનોમાથી ડૉકટર વિભાકરના નીચેના શબ્દો ઉપયોગી જાણી ઉતારવાની રજા લેઇયે છીયે તેઓ કહે છે કે —

સ્રી પુરૂપની એકજ બિછાનામા સુવાની ટેવથી તેઓના મન વિષય તરફ વધારે લવચાય છે, અને જેટલો સયમ રાખવો જોઇએ તેટલો રહેતો નથી. આ અનર્થનુ ગાભીર્ય બરાબર સમજવામા નથી આવતુ તે ખરેખર શોચનીય છે વળી રાત્રિએ છથી આઠ કલાકનો સ્પર્શ થવાથી દપતીના, ચુબક તત્વ-Magnetism સમાન થઈ જાય છે, અને તેથી એક બીજા પ્રતિ પ્રેમ તથા આકર્ષણ ઓછા થાય છે તેમજ બન્નેની શારીરિક વૃદ્ધિ સરખી થવાથી આગળ જે નિયમો દર્શાવેલ છે તે નિયમાનુસાર એક બીજા વચ્ચે વિષમતા તથા પ્રતિકૂલતા ઉપજે છે અને રાત્રિએ દરેકના શરીરમાથી નિકળતા પદાર્થ એક બીજાના શરીરમા દાખલ થવાથી બન્ને વચ્ચે પ્રેમની હયાતી માટે પ્રકૃતિની જે અસમાનતા હોવી જોઇયે તે ઓછી થાય છે વળી પ્રાણીવિજ્ઞાન શાસ્રનો એવો નિયમ છે કે સાથે સુનાર બે માણસમા એક જણ શક્તિનો વ્યય કરે છે, અને બીજુ તેનુ આકર્ષણ અથવા શોષણ કરી શક્તિનો સચય કરે છે તેથી સાથે સુનાર બે વ્યક્તિમા જે વ્યક્તિ પોતાના જ્ઞાનતતુઓમા રહેલા વિદ્યુત બળ (Nervo Electricity or Nerve force) ને બહાર કાઢે છે, અર્થાત્ શક્તિનો વ્યય કરે છે, તે અસ્વસ્થ પથારીમા આમ તેમ આળોટયા કરે છે, તેને નિરાતે ઊંઘ આવતી નથી, અને સવારમા તે ચીમળએલ, ઉદાસ, તથા અસ્વસ્થ માલૂમ પડે છે અને આ પ્રમાણે લાબો વખત સાથે સુવાથી તેના જ્ઞાનતતુ બહુ નબળા પડી જાય છે સાથે સુનાર બીજુ માણસ જે પહેલા માણસના બહાર નીકળતા વિદ્યુત બળનું આકર્ષણ કરે છે, તે આખી રાત શાતિથી સુખ રહે છે, અને સવારે પથારીમાથી ઉઠતા તાજુ તથા પ્રફુલ્લિત માલૂમ પડે છે આ ઉપરથી સ્પષ્ટ સમજાશે કે બે માણસ એક પથારીમા સુવાથી એક નબળુ થતુ જાય છે અને બીજુ બળવાન થતુ જાય છે દૃષ્ટાત તરીકે, જો એક મજબૂત બાળક અને તેની નબળી માતા સાથે શયન કરે, તો બાળકના ચુબકબળનુ તેની માતાનુ શરીર [illegible]ણ કરી મજબૂત થતી જાય છે, અને બાળક ધીમે ધીમે કરમાતુ જાય છે, અને આ સ્થિતિ લાબો કાળ ચાલુ રહેવાથી ઘણીવાર બાળકનુ મૃત્યુ થયાના દાખલા પણ બન્યા છે તેટલા માટે પરણેલ, અવિવાહિત, બાળક, યુવાન, વૃદ્ધ, સ્રી અથવા પુરૂપ કોઇયે સાથે સુવુ બિલકુલ સલાહકારક નથી અને સાથે સુવાથી જે નુકશાન થાય છે, તે જો કે એકદમ જણાતુ નથી, તોપણ કાળે કરીને તે એટલુ બધુ ગભીર નીવડે છે કે, પહેલા પ્રેમી જોડા વચ્ચે પાછળથી અણબનાવ, નાનપણમાં એક બીજાને ચાહનારા ભાઇ બાડુ વચ્ચે પછીથી પ્રેમનો અભાવ અને શરૂઆતમા તદુરસ્ત અને મજબૂત શરીરવાળા સ્રી પુરૂષોની થોડા સમય પછી નબળાઇ, વિગેરેનુ પણ અગીભૂત કારણ સાથે શયન કરવામા મળી આવે છે

વળી દરેક મનુષ્ય સૌંદર્યને ચાહનારા હોય છે કદરૂપાપણું માણસના મન ઉપર બહુધા માઠી અસર કરે છે, અને તે અસર ઘણીવાર સ્થાઇ રહી જાય છે ખાસ કરીને વર વધુમા એક બીજાનું બેડોળપણું સાત્વિક પ્રેમ ઓછો કરવામા બહુ કારણ ભૂત થાય છે તેથી જો રાત્રિએ બને હમેશા એકજ પથારીમા શયન કરે, તો ઉઘ વખતે બનેનાં

કપડાં તથા વાળ અવ્યવસ્થિત હોવાથી, તેમજ ચહેરાની સ્વચ્છતાની ખામી હોવાથી, અથવા તો ઉંઘમાં કોઇને ઉગ્ર નસકોરાં ઘરડવાની ટેવ હોવાથી, અને એક બીજાના મલિન ઉચ્છ્વાસથી, અને તે ઉપરાત તમાકુ દારૂ વિગેરેના વ્યસનથી નિકળતી દુર્ગંધથી, બનેને અત્યત કંટાળો ઉપજે છે. અને સૌંદર્ય, શુદ્ધિ અને પવિત્રતાના વિચાર નહિ આવતાં, મન ઉપર બેડોળપણું, મલિનતા અને કર્કશપણાની છાપ પડે છે, અને તેથી પરિણામે સ્થૂલ વસ્તુનું ચિંત્વન કરવાની ટેવ પડી જવાથી પોતાના આખા જીવન ઉપર ખરાબ અસર થાય છે. માટે મૈાર્ય પણ આ વિષયમાં ઓછું ઉપયોગી નથી. અને તેથી પતિ પત્નિએ એક બીજાની મોહકતા અને સૈાદર્યના વિચારો જાળવવા માટે સાથે એકજ પથારીમાં શયન કરવુ કોઇ પણ રીતે સલાહકારક નથી.

વનની ઔષધી.

(લેખક—જયકૃષ્ણ ઇંદ્રજી માજી કયુરેકટર ઓફ ફોરેસ્ટ.)

રા. રા. "ધન્વંતરી" ના તત્રી સાહેબ! વિનંતી કે.—એક જિજ્ઞાસુ પુછે છે કે વગડામાં ઉગતી ઝીલ નામની અડબાઉ વનસ્પતિ કંઇ ઔષધના કામમાં આવે છે કે કેમ? આનો ઉત્તર આપના પ્રસિદ્ધ પત્રદ્વારા આપવાનું એટલા માટે યોગ્ય વિચાર્યું છે કે—તે ઔષધોપયોગી વનસ્પતિ છે ઝીલ જેવી એક નકામી નજીવી ગણાતી વનસ્પતિ જે હિંદુસ્થાનના ઘણાખરા ભાગોમા ઉગે છે, એટલુંજ નહી પણ તે કેટલીક જગોએ તો એટલી બધી જથ્થાબંધ ઉગે છે-કે તેને ખેડુ લોકો ખેતરોના શેઢાઓ ઉપરથી ખોદી કાઢી ઢોરો પાસે ધુંણી તરીકે બાળી દે છે, તેમજ ચુનારીઆ લોકો તેને સુડી ચુનો પકાવવાની ભઠ્ઠીમાં સાધારણ બળતણ તરીકે હજારો ગાડા દર વર્ષે બાળે છે. પણ આ અસાધારણ ઉગતી સાધારણ વનસ્પતિ વનસ્પતિરાજ્યમા અત્યંત માનીતી અને ઉપયોગી છે. એ (ઝીલ) વનસ્પતિ એ વનસ્પતિના કર્તાને ઘણી [illegible] છે, માટેજ એને (ઝીલના છોડવાને) કદાચ ઘણા પ્યારથી સકોમળ જાણી રૂપેરી (રૂંછાળનું) બખતર તેણે પેહેરાવેલુ હશે? કેમકે એને ટાઢ, તડકો અને વરસાદ સહન કરવા પડે છે, એટલુજ નહી પણ એને તો વળી ભરચોમાસે મ્હોટી નદીઓની છેલના ધસારાબધ વહી આવતા ડોળા પાણીના વેગની સામે થવાનું હોય છે; તદ ઉપરાત ઘણીવાર કેટલાક દિવસો સુધી તો એને જળમા ડુબ્યા છતાં પણ અરધ જાગૃત રેહેવું પડે છે. અને પોતે (ઝીલના છોડવા) આટઆટલું કષ્ટ મહન કરતાં છતાં પણ પોતાની જનની જે પૃથ્વીમાતા (માટી) તેનો ઉપર કહેલ પાણીના વેગમા બચાવ કરી તેને વહી જતી અટકાવે છે. આથી એ નજીવી ગણાતી વનસ્પતિ ઇશ્વરસૃષ્ટીમાં કેટલી ઉપયોગી છે, તેનો યત્ કિંચિત્ વિચાર આવી શકે છે. એ વનસ્પતિની આવી પરોક્ષ ઉપયોગીતા જો કે ઘણી છે, તોપણ તે હાલ એક બાજુ રાખી આપના પત્રમાં તો ફકત તેનો વૈદકીય ઉપયોગ શું છે? તેનુંજ ટુક બયાન આપવા ધાર્યું છે. તે જો આપને યોગ્ય જણાય તો આપના લોકપ્રિય પત્રમાં દાખલ કરાવશો.

ઝીલ—એ આધુનિક વનસ્પતિશાસ્ત્ર (Botany) ના નિયમ પ્રમાણે શિમ્બીવર્ગ

(Leguminosa) ની વનસ્પતિ છે એનું શાસ્ત્રીય (Batanical) નામ (Indigofora paucifolina) છે. ગુજરાતી ઝીલ, ઝીનડી, મરાઠી मुरफुल, झिल्ड, હિંદિ झिल અને સસ્કૃત झिल्ड' છે એ વનસ્પતિ शिम्बीवर्ग મા આવતા ૩ उपवर्गों માના પેહેલા પતગીઆ જેવાં (Papilianacae) ફૂલોવાળા ઉપવર્ગની વનસ્પતિ છે, એટલે એના છોડવાઓના મૂળપર નાઇટ્રોજન પેદા થાય છે, ને તેથી એ વનસ્પતિ જે જમીનમા ઉગે છે તે જમીનને વધાર ફળદ્રુપ કરે છે ઝીલના છોડવા આપણા દેશમા ઘેા કોઇ ઓળખે છે માટે એનું બોટેનિકલ વર્ણન લખવાની જરૂરત જણાતી નથી.

વૈધકીય ઉપયોગ—ઝીનનૂ મૂળ પાણીમા છીપર ઉપર ઘસી લીધી અને બીજા ઝેરી જનાવરોના ડખપર ચોપડવાથી ફાયદો થાય છે ઝીનનુ મૂળ ગુર અને આમરશીગડાની સાથે વાટી રસવિકારના અને કરડના બધી જાતના ગોજાઓ ઉપર લગાડવામા આવે છે. પારાની દવા ખાવાથી મેાટુ આવ્યુ હોય, અને તેમાથી ઘણી લાળ વેહેતી હોય, તો તે પર ઝીનના છોડવાના કાઢાની મોગળા કરવામા આવે તો લાળ બધ થાય છે ઝીનની છડીના દાતણ કરવાથી મોઢાની ગરમી, દુર્ગંધી, અને પારામથી નીકળતુ લોહી બધ થાય છે ઝીનના પાન જખમ રૂઝાવવા માટે વાટીને જખમપર મુકવામા આવે છે ઝીલના પાન વાટી તેની થેપલી ઘોડા અને બીજા ઢોરોના ચાંદા અને ભારાઓ ઉપર મુકાય છે. ઝીનના પાન વાટી ભેસના છાણ સાથે ગરમ કરી અહીના [પોરબંદર] લોકો ગાળાના ગોજા ઉપર બાધે છે વાગ્યા ઉપર ઝીનના પાન વાટી ગરમ કરી તેનો લેપ કરવામા આવે છે ઝીલ અને મેદીના પાન સુકવી ખાંડી તેનો લેપ વાળને કલપ કરવા વાપરે છે ઝીલના પાનનો રસ સાકર સાથે સગ્રહણીપર અપાય છે ઝીનના છોડવા બાળી તેની રાખ શરશીઆ તેલમા મેળવી ઉંટની ખસ [પામ] ઉપર તેની ખરડ અહીના રબારી લોકો કરે છે ઝીલના પાનનો રસ માથાની ચકરીપર મધ અને દુધની સાથે અપાય છે ઝીનના પાનનો રસ ગાળી જરા ગરમ કરી મીઠા તેલ સાથે મેળવી તેના ટીપા પરૂ વેહેતા કાનમા નાખવામા આવે છે ઝીલના છોડવાની રાખ ઉલટી, અજીર્ણ અને પિત્તવિકાર પર મધની સાથે ચટાડે છે ઝીલના સુકા પાનની ભુકીની ગોળની સાથે ગોળી કરી ક્ષુધરુમ અને દમના આજાર પર અપાય છે, તેથી ઘણો ફાયદો થાય છે ઝીલના પાન પાણીમાં તરેર પેડુ પર બાંધવાથી પેસાબ બધ હોય તો છુટે છે ઝીલની કાચી શીગો પેટના દુખાવા પર મીઠા સાથે ગામડીઆ લોકો ખાય છે ઝીનના બીજ ગળીના બીજની માફક [તેમા ઘણું નાઇટ્રોજન આવવાથી] ઘણાં પૌષ્ટિક ગણાય છે છપ્પનીઆ દુકાળ વખતે ઘણા ગરીબ લોકો ઝીનના પાન અને બીજ ખાતા હતા ઝીલના છોડવા તમામ જાતના જાનવરોનો ચારો છે ટુકામા આ શિવાય ઝીલના હજુ ઘણા ઉપયોગ છે માટે જિજ્ઞાસુને વિનતી કે ઝીલ જેવી સાધારણ વનસ્પતિને પણ નકામી ગણશો નહિ દરેક વનસ્પતિ ઉપયોગી છે પણ તેની ઉપયોગીતા જાણનારા હાલને જમાને વિરલા છે.

ઉંટ–વૈદ્ય.

(લખનાર રાજકવિ હર્ષદરાય સું. મુનસી.)

દોહરા.

નિદાન ૯ળ જાણે નહી, વૈદ્ય પદવિ ચિત ચ્હાય;
શત્રુ તે વ્યાધિસ્થનો, ઉંટવૈદ્ય કહેવાય. ૧
દરદીને દેખી તુરત, અંતરમાં હરખાય;
દ્રવ્ય લોભ ચિતમાં સદા, ઉંટવૈદ્ય કહેવાય. ૨
શારીરિકવિદ્યાવિષે, જ્ઞાન કદિ ન ગણાય;
છતાં દંભ રાખે ઘણો, ઉંટવૈદ્ય કહેવાય. ૩
વૈદ્યધર્મ જાણે નહીં, જ્યાં ત્યાં દોડયો જાય;
ધન કાજે ધૂતે સદા, ઉંટવૈદ્ય કહેવાય. ૪
અજાણ જનની આગળે, પંડિત આપ ગણાય;
વદન છુપાવે બુધ નિરખિ, ઉંટવૈદ્ય કહેવાય. ૫
નિજ ગુણની કથની કરે, બને મૂર્ખનો રાય;
ગુમાન રાખે હૃદયમાં, ઉંટવૈદ્ય કહેવાય. ૬
પોથાં વાંચીને કરે, સાહસ કૃત્ય ઉપાય;
દરદ ન જાણે લેશ તે, ઉંટવૈદ્ય કહેવાય. ૭

ઉંટ–વૈદ્ય. આ એક રમુજી વારતા છે, જે ઉપરથી વૈદ્યક વિદ્યા સંપાદન કરનાર તરૂણ ઉમેદવારોને દાખલો રાખવા લાયક શિક્ષણ છે. તેમજ વિચક્ષણ દરદીઓએ વિદ્વાન વૈદ્યને કેવી રીતે ઓળખવા જોઇએ તેના માટે બોધ છે; કહેવતમાં કહ્યું છે કે "ફલાણો તો ખરેખર ઉંટ વૈદ્ય છે." ઉંટ વૈદ્ય શા ઉપરથી કહેવામાં આવ્યો તેના માટે નાનકડી રમુજી વાર્તા દાખલ કરીએ છીએ.

પૂર્વે રાજપુર નામના ગામડામાં વિશ્વદત્ત બ્રાહ્મણ નાની ઝુંપડીમાં ગરીબ સ્થિતિવાળો ભિક્ષાવૃત્તિ કરીને રહેતો હતો; તે છેક દરિદ્રી હતો; મહા પરાકાષ્ટાએ તેને અન્ન મળતું હતું; વળિ અભણ હતો; તેવો કંગાલ બ્રાહ્મણ પોતાની ગરીબ સ્વભાવવાળી સ્ત્રી સાથે ગામની પરવાળમાં વાઘરી લોકોનાં ઝુંપડાં સાથે પડી રહેતો હતો ખેડુ લોકોને જ્યારે દયા આવે ત્યારે પાકની મોહોશમમાં દરેક માણસો તેને બબે પાલી ધાન આપતા હતા તેથી તેનું ગુજરાન એ પ્રકારે નભતું હતું. તે વિશ્વદત્તને એક પુત્ર હતો તેનું નામ જીવરામ રાખ્યું હતું. જેવા બાપ તેવા બેટાની કહેવત પ્રમાણે તે જીવરામ બાવીસ વરષની ઉમ્મરનો છતાં બ્રહ્મ અક્ષર પણ જાણતો નહતો. દરિદ્રી માબાપનો અંકુશ તે છોકરા ઉપર નોહોતો તેથી તે છોકરો સ્વચ્છંદી બનેલો બેફિકરો અને મસ્ત હતો; પોતાના મનમાં આવે ત્યાં ફરતો હતો. કોળી અને વાઘરીના તરૂણ છોકરાઓની સોબતમાં વન ઉપવનમાં આખો દિવસ રખડતો હતો. સીતાફળ વીગેરે પરિપક્વ થએલાં ફળનો આહાર કરતો હતો;

નિશ્ચિંત સ્થિતિથી અને નિરંકુશ હોવાથી તથા તાજી હવાનો લાભ મળવાથી તેનું શરીર કદાવર, દ્રઢ, અને નિરોગી હતું. તે કેવળ પેહેલવાન જેવો બળવાન ગણાતો હતો; નિદાન પચીસ મણનો પાટડો જમીન ઉપર પડેલો હોય તો તેને પોતાના બાહુબળથી ઉંચો કરી કાંધ ઉપર મુકીને જમીન ઉપર પટકતો હતો; મસ્ત પાડો જતો હોય તો તેનું પુચ્છ પકડીને અટકાવતો હતો; છંછેડાયલો આખલો હોય તો તેનાં બન્ને શિંગડાં પકડીને ચાર કદમ પાછો હઠાવતો હતો; આ પ્રકારે તે જીવરામમાં બળ વિશેષ હતું; તેથી તેના બળ ઉપર ખુશ થએલા પરેલીઆઓ તેને જોઇતો અન્ન વિગેરે ખોરાક પુરો કરતા હતા. યદ્યપિ તે અભણ અને અજ્ઞાન સ્થિતિવાળો ગરીબી હાલતમાંથી ઉન્નતીએ પોહોચ્યો નહી; પણ કાંઇક પ્રારબ્ધ યોગથી સારા પાયા ઉપર ચઢવાને તેને યોગ હવે મલવાનો છે.

એ ગામમાં રબારીનાં વીસ પચિસ ઘર હતા, દરેક રબારીને ઘેર પંદર પંદર અને વીસ ઉંટનો જથો હતો; તેઓ ગામ પરગામ દાણાના મોટા કોથળા લાદીને પોહોચાડવાનો ધંધો કરતા હતા; તેવા રબારી પૈકી એક રબારીનો રૂપીયા ૨૦૦ બસેંનો કદાવર ઉંટ એકદમ માંદો પડી ગયો; તે ઉંટના ગળાના મધ્ય ભાગમાં જાણે મોટી ગાંઠ (ગ્રંથી) થઇ હોય તેવું જણાઇ આવ્યું. આમ થવાથી તે ઉંટ આગે ચરતું તથા પાણી પીતું બંધ થઇ ગયું; અને લાંબુ થઇને જમીન ઉપર પડી રહ્યું. આમ થવાથી તે ઉંટનો માલિક રબારી ઘણી ચિંતામાં પડી ગયો અને તે ઉપર અનેક પ્રકારના લેપ લગાવવાનું શરૂ કર્યું. નિદાન ત્રણ દિવસ થવા તોપણ તે ઉંટને કાંઇ ફાયદો થયો નહી પણ વધારે નિર્બળ થઇ ગયું. અને તે ગળાના ભાગ ઉપર બમણો સોજો વધી પડ્યો; રબારીએ ઉંટની આહાવી અસાધ્ય વ્યાધીની સ્થિતિ જોઇને જીવવાની આશા મુકી દીધી; અને નિરાશ બની ગએલો લમણે હાથ મુકીને ચિંતા કરવા લાગ્યો. એટલામા કોઇ યુનાની વૈદ્ય જાતે મુસલમાન હતો તે પોતાના ખભા ઉપર દવાઓની ઝોળી ભરાવીને તે તરફથી ગામમાં પ્રવેશ કરતો હતો તે યુનાની વૈદ્યે ભેગા થએલા રબારી લોકોને જોયા, તેઓ એક ઉંટની આજુબાજુ અફસોસ થએલા બેશી રહેલા હતા; તે વખતે યુનાની વૈદ્યે બુમ પાડીને કહેવા માંડયું કે, બુરસ, ગાંઠ, નાસુર, કંઠમાલ, તાવ, પરમા, ખાંસી, બદહજમી, કફ, ખોખલા, ઇત્યાદિક તમામ મરજકી દવા હમ કરતે હેં" આ પ્રમાણે અવાજ સાભળીને પેલા ઉંટની આજુબાજુ બેશી રહેલા લોકોમાથી એક રબારી તે વૈદ્ય પાસે આવીને હાથ જોડીને ઉભો રહ્યો અને કહેવા લાગ્યો કે ઓ વૈદ મહારાજ! તમે માણહની દવા કરતા હશો; પણ જાનવરની દવા કરો મો કે? મારું દીયરું ચાર દનથી મારું ઉંટ પાણીએ પીતું નથી અને સેંમડાનાં પાંદડાંએ ખાતું નથી. વળી કાંક એના ગળામા હોજો થ્યોસે; તેથી મરવાં પડયુંસે. મારુ ઉંટ બહેં રૂપીયાનું સે. જો તમે એને બેઠું કરો અને પાણી પીતું તથા ખાતું કરો તો તમને રાજી કરીસું; રબારીનું આ પ્રમાણે વચન સાંભળી તે યુનાની વૈદ્ય પેલા ઉંટની પાસે જઇ પોહોચ્યો; પછી તેણે બધી રીતે ઉંટને તપાસ્યું; ગળાની મધ્ય ભાગમા ગાંઠ હતી તે ઉપર તેણે જોરથી દાબીને નિદાન કર્યું; પછી તે રબારી પ્રત્યે ગુજરાતી ભાષામાં કહેવા લાગ્યો કે, આ જંગલમાં ઉંટ ચારો ચરે છે ખરા, પણ ઘણા ભાગે કઈ કઈ જાતનાં ઝાડ છે.

રબારીએ ઉતર આપ્યો કે સેંમડા અને કોઠનાં ઝાડ ઘણાં છે. રબારીનું વચન સાંભ-

ળીને પોતાના મનમાં તેણે એવો નિશ્ચય કર્યો કે આ ઉટે કોઠના ફળને ચાવ્યા વિના આખું ને આખું ગળામાં ઉતારી દીધું છે, પણ તે કોઠ ઠેઠ પેટમાં નહી જતાં લાંબી ડોકના લીધે વચમાં ભરાઇ ગયું છે; ગ્રંથીનો ભાગ કેવળ પથ્થર જેવો છે, માટે જરૂર કોઠ ભરાઇ ગયેલું છે; એમ મનમાં નિશ્ચય કરીને તે ઉંટના માલીક તરફ નેજર કરી. અને વૈદ્ય કહેવા લાગ્યો કે આ તમારૂ ઉંટ બસે રૂપીયાનું છે તે જો કે હું તમને મળ્યો ન હોત તો આવતી કાલે બપોર સુધીમાં મર્ણ પામત, તમારા સારા નશિબે હું આવી પોહોચ્યો છું. જ્યારે આ ઉંટના મરવાથી તમને બસે રૂપીયાનું નુકશાન થાય છે ત્યારે તમે પચાસ રૂપીયા આપો તો હું આ ઉટને સાંઝ સુધીમાં ચારો ખાતું તથા પાણી પીતું કરી આપું;

ઉંટના માલિકે હા કહી અને પચાસ રૂપીયા અનામત એક વાણીયાને ત્યાં મુક્યા. ઉટ બેઠું થાય અને ચારો ખાતું થાય એટલે તુરત વૈદ્યને તે પચાસ રૂપીયા આપવા એવી શરત કરી. આ વખતે પેલો મસ્ત જીવલો બ્રાહ્મણ પણ આ સઘળો તમાસો જોવાને આતુર થએલો ઉભો રહેલો હતો;

પેલા વૈદ્યે ઉંટની આંખે પાટા બંધાવ્યા અને તે ઉંટની ડોક વાંકી કરાવી. બે રબારીયોને ઉંટની બન્ને બાજુએ રાખ્યા હતા. અને ઉંટના ગળાને આગળ ધસાવીને તે ઉંટનું મોઢું પીઠ ઉપર આવે એમ દોરડેથી જકડ બંધ કરવામાં આવ્યું. અને ઢેકાવાળી જગો આગળ પડતી રહેવા દીધી. આ પ્રમાણે બંદોબસ્ત કર્યા પછી પેલો વૈદ્ય પોતાનું અંગરખું ઉતારીને અને કછોટો મારીને પચાસ કદમ દુર ઉભો, પછી ત્યાંથી જબરી દોટ મુકીને તેણે પેલા સુઝી ગયેલા મોટા ગુમડા ઉપર જબરી લાત મારી. લાત મારતાની સાથે પેલા ઉટે ઘટાક દઇને ગળામાં કાંઇક ધ્વનિ કરી તેથી કરીને વૈદ્યે એમ નિશ્ચય કર્યો કે પેલી વસ્તુ હવે પેટમાં ઉતરી પડી. ઉંટના મુખ ઉપર બંધ બાંધેલા છોડી દઇને, ખુબ ઉન્હા કરેલા પાણીમાં મીઠું નંખાવીને તથા તેમાં બકરીની લીંડીગો નંખાવીને તેથી કરીને ઉંટના ગળા ઉપર વારંવાર પાંણી રેડવાનું શરૂ કરાવ્યું. આ પ્રમાણે બે કલાક સુધી ઉપચાર કરવાથી ઉંટ ચારો ખાવા લાગ્યું. ત્રણ દિવસનું ભુખ્યું હાંસ જેવું થઇ ગએલું ઝડપથી લીંમડાનાં પાંદડાં ખાવા લાગ્યું, તરસ્યું હતું તેથી પાંણી પણ પીવા લાગ્યું. આ ચમત્કારિક તમાસો જોઇને રબારી લોકોને ઘણું આશ્ચર્ય લાગ્યું. તેસુનાની વૈદ્યને ઘણા આવકાર સાથે તે રબારી લોકોએ એક સ્વચ્છ ઝુપડીમાં ઉતારો આપ્યો; અને પચાસ રૂપીયા તેને ગણીને આપ્યા. તેની ઉત્તમ પ્રકારની શેરબરા કરવામાં આવી. રાત્રી પડી, તે વખતે રબારીનું ટોળું તે વૈદ્યની આજુબાજુ ભરાઇને બેઠું હતું તે ટોળામાંના લાયક માણસ પ્રત્યે વૈદ્યે પ્રશ્ન કર્યો કે, તમારા ગામમાં એક ઉંચો અને કદાવર શરીરનો મજબુત માણસ છે તેને મ્હેં ઉંટની દવા કરતી વખતે જોયો હતો.

એટલું સાંભળી મેઘજી રબારીએ ઉત્તર આપ્યો કે, વાત ખરી સે; એતો મારો દીચરો એવો સે કે પચાહ મણની પાટડી ઉંચી કરીને ખંધોલા ઉપર લે સે અને ફટાક દૈને ભોંય ઉપર પરાડી દે સે; વળી ગમે એવો વકરેલો પાડો હોય અને મારકાંણો હોય તો પણ એ જીવલો કદાચને પાડાનું પુસડું પકડીને તાંણે સે એટલે એક તહુ પણ પાડો આગળ વધતો નથી. અધધધ, મારૂં બેટુ એ બાંમણમાં એવું તો પરમેસરે જોર મુચ્યું છે કે કાંઈ કેવાની વાત નથી.

હકીમ—એમ છે કે! ત્યારે શું તે બ્રાહ્મણ છે!

ગેધજી—હા બામણ છે બામણ-પણ ઇના ઘરમા ખાવાના આટા ચ્યાં છે!-ઇનો બાપ તો ઘરમાજ-પડ્યો રહેચે અને ગામના પટેલીયા બચ્ચે પાલી દાંણા આલેચે. એટલે પરજુના આધારે એમને એમ હેહ્યુ જાયચે.

હકીમ—વાર. ત્યારે તે માહારી પાસે નોકર રહેશે! તેને મહીને હું દસ રૂંપીઆ આપીશ, તે બ્રાહ્મણ છે એટલે તેના હાથની કરેલી રસોઈ મારા કામમા આવશે. મારી ઔષધની ઝોળી ઉચકીને તે મારી સાથે ફરે.

મેઘજી—પણ ઓ વૈદ મહરાજ! એતો મનમોજી જીવડો સે, એને કાંઈ લાલચ મળે એટલે તમારી પાહે સદાએ રહેસે. માટે મરજી હોય તો આટાણે એને બોલાવું, ઓલ્યુ ઝુપડું સે તેમાજ એ રહે સે

વૈદ્યે હા કહી એટલે એક રબારી તે ઝુપડા તરફ જઈ પોહોચ્યો અને જીવરામને લેતો આવ્યો.

જીવરામે ફક્ત ઢીંચણ લગી ખાદીનુ મેલુ અને ફાટેલુ પોતીયુ પેહેરેલુ હતું. અંગ ઉપર એક પણ વસ્ત્ર નોહોતુ. ખુલા શરીરવાળો ઉઘાડા માથાથી ત્યાં આવીને ઉભો રહ્યો. તેને જોતાજ ધુતાની વૈદ્ય ખુશિ થઇ ગયો તેના ગંજ્યો બાહુ દંડના મજબુત ગોટલા (મસલ્સ) એવા તો મજબુત જોયા કે તેના શરીરની આરોગ્યતા માટે વૈદ્ય અજાયબ થયો. પછી જીવરામની સામે દ્રષ્ટિ કરીને કહેવા લાગ્યો કે જીવરામ ભાઇ! તમે મારી પાસે રહેશો તો મન માન્યુ ખાવા પીવાનું મળશે અને જોઇયે તેવા વસ્ત્ર અલંકાર હું તમને અપાવીશ. તેમજ તે સાથે હું તમને દર મહિને દસ રૂપીઆ પગાર આપીશ, મારી સાથે મજુરીનું કાઇજ કામ નથી. વૈદ્યનું વચન સાંભળી જીવરામ ખુશી થયો અને વૈદ્યની સાથે રહેવાને પોતાની મરજી જણાવી, પછી તે પોતાની ઝુપડી તરફ ચાલ્યો ગયો.

રાત્રીના દસ વાગ્યા હશે તે વખતે એજ ગામનો મુખી પટેલ વૈદ્યને મળ્યો અને પોતાને દસ વરસથી થએલો પરમીઓ મટતો નથી તેની વીગત જણાવી, તે વખતે વૈદ્યે કહ્યુ કે તમારી પાસેથી હું વિશેષ પૈસા માગતો નથી પણ પ્રવાસમાં મને ચાલવુ પડે છે માટે ઉંચી જાતનો ઉત્તમ ઘોડો આપશો તો હું તમને એવી અકસીર દવા આપુ કે સાત દિવસમા તમારો પ્રમેહ દુર થાય'—ટુંક વખતમાં જુનો પ્રમેહ દુર થવાનો દિલાસો સાંભળી પટેલને ઘણોજ આનંદ થયો અને તેમ કરવા કબુલ થયો.

પ્રાત:કાળ થયો એટલે મુખી પટેલે સાત દિવસની દવા લઇને ઉત્તમ કદાવર ઘોડો સામાન સાથે વૈદ્યને આપ્યો; ઉંટને ભેટું કર્યાથી જે ખાત્રી થઈ હતી તે ખાત્રીથી પૂર્ણ વિશ્વાસ તે વૈદ્ય ઉપર પટેલનો રહેલો હતો આટલું થયા પછી એ ગામમા વાણીયાની દુકાનેથી પેલા જીવલાને માટે ધોતી જોટો, અબોટીયું, લોટો, દોરી, બે તપેલીયો, કડછી, તાસકો, વાટકા, પાઘડી, બંડીયોનું કપડુ, ખેસ વીગેરે ખરીદ્યુ. અને ત્યાં રહીને અંગરખા, બંડીયો સીવડાવીને, જીવરામને સારી રીતે શણગાર્યો—સારો પોશાક અંગ ઉપર ધારણ કર્યેથી તથા તેનું ગૌર શરીર હોવાથી કોઇ અમીર જેવો દેખાવા લાગ્યો; જીવરામ ઘણોજ

ખુશ થઇ ગયો; એટલે વૈદ્યને પણ નિરાંત વળી.—જીવરામના બાપના હાથમાં દસ રૂપીયા રોકડા યુનાની વૈદ્યે આપ્યા. તેથી જીવરામના માત પિતાએ પોતાનું ધન્ય ભાગ્ય માન્યું. વળિ સ્વચ્છંદી તથા મસ્ત જીવરામ નિરૂદ્યોગી થઇને આમ તેમ ભટકતો હતો તે હવે વિદ્વાન વૈદ્યની પાસે નોકર રહ્યો એમ જાણીને તેમના હર્ષનો પાર રહ્યો નહી.—

બીજે દિવસે એ પ્રમાણે વ્યવસ્થા કરીને વૈદ્યરાજ ઘોડા ઉપર આરૂઢ થએલા જીવરામને લઇને બીજા શેહેરમાં જવાને માટે નીકળી પડયો. જીવરામ ચાલાક હતો, તેને જ્યાં સુધી સત્સંગ મળ્યો નહોતો ત્યાં સુધી તે જડ બુદ્ધિવાળો રહ્યો હતો; વૈદ્યરાજના સહવાસથી છ મહીના સુધી બોલવામાં તેણે ઘણીજ હશિયારી અને નિપુણતા મેળવી, યદ્યપિ જે ઝવાહીર રૂપી વિદ્યા વૈદ્યરાજમાં હતી તે જવાહીરનો પ્રકાશ જાણી બુઝીને વૈદ્યે પેલા જીવરામને બતાવ્યો નહોતો; કારણ કે વૈદક વિદ્યાનું જ્ઞાન જીવરામને બતાવવામાં આવે તો તે પાછો પોતાની પાસેથી સટકી જાય, આહાવો કદાવર, મજબુત, મેહેનતુ અને રક્ષણ કરવામાં સમર્થ બીજો માણસ મળી શકશે નહી, એવો સ્વાર્થપરાયણ વિચાર વૈદ્યરાજના હૃદયમાં હતો. તેથી જીવરામ વૈદકમાં કેવળ અજ્ઞાન રહ્યો હતો; જ્યારે આ તરફ તે યુનાનિ વૈદ્યરાજનો તેવો વિચાર છે ત્યારે જીવરામ પણ પરતંત્ર સ્થિતિ નહિ ભોગવવાને માટે સાવધ રહ્યો હતો; જે જે દવાઓની શિશિયોમાંથી દવા કાઢીને જે જે વ્યાધી ઉપર તે વૈદ્ય વ્યાધિસ્થ પુરૂષોને આપતો હતો તે તે દવાની શિશિયોને તેણે બરાબર ઓળખી રાખી હતી, પણ તે દવા શી રીતે બને છે! તેનું તેને બિલકુલ જ્ઞાન નહોતું. તેથી તે માત્ર લાલ, પીળા, ધોળા અને કાળા રંગની દવાઓ કયા રોગ ઉપર આપે છે! તેટલા પુરતું નિશાન જીવરામે રાખી મુકયું હતું. વળિ તે વૈદ્ય બોલવામાં એટલો તો ચાલાક અને શિઘ્ર બુદ્ધિવાળો હતો કે ગમે તેવો દરદી કંજુસ હોય તોપણ તેની પાસેથી પૈસા કઢાવીને તેનું દરદ દુર કરતો હતો; સબબ તે વૈદ્યના સહવાસથી જીવરામ પણ તેવીજ રીતે બોલવામાં કુશળતા મેળવી શકયો હતો; (અપૂર્ણ.)



लांबी जिंदगी भोगववाना उपाय.

[લેખક પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.]

(અનુસંધાન અંક ૯ ના પૃષ્ટ ૨૭૬ થી.)

અહીયાં એ પણ વિચાર કરવો અવશ્યનો છે કે એ બધી જાતનાં મરણોનું મૂળ કારણ શું છે ? હું સ્થૂળ કારણોના વિષયમાં સંક્ષેપથી કંઇક વાત કહું છું કે-ઘણાં ખરાનો એ મત છે કે પોતાના દોષ અર્થાત્ શરીર અને મનના વ્યાપારને નિયમ વગર ચલાવવાથી (બેદરકારીથી) મરણ નીપજે છે. પરંતુ અનેક સ્થળોપર પોતાની મેળેજ સાવધાની રાખ્યા છતાં પણ દૈવી કોપથી ઘણાનાં મરણ નીપજે છે. એટલે કે વીજળીના પડવાથી-મકાનતૂટી પડવાથી-પૂરમાં તણાઇ જવાથી-આગમાં દાઝી જવાથી-ઝેરી જીવોના ડસવાથી મરણો નીપજે છે, તે દૈવીકોપને બાજુપર રાખી જોઇશું તો ઘણાક રોગો એવા છે કે જે સાવધાન રહેતાં છતાં પણ કેટલાંકનાં મરણ નીપજાવી દે છે. કોઇ વખતે તો કૉલેરા, પ્લેગ જેવા જીવલેણ રોગવાળાનો સંસર્ગ કર્યા છતાં પણ બચી જવાય છે ને કોઇ વખત સંસર્ગ ન

રાખવા છતાં પણ તેમા હોમાઇ જવાય છે. કોઇ વખતે તડકાને લીધે માથું બળી જતાં માથામા દર્દ થઇ પથારીને શરણ થવાય છે ને કોઇ વખતે અમલ તાપમા રખડ્યા છતાં પણ વાળ સરખો વાંકો થતો નથી. કોઇ વખતે ખરાબ ચીજોથી બગડેલો વાયુ રહેજ વારમાં શરીરની અંદર દાખલ થઇ તાવ વગેરે રોગો પેદા કરે છે ને કોઇ વખત કંઇ પણ થતું નથી. આ બધી વાતોના ઉપાય કોનાથી થઇ શકે? એટલા સામાન્ય કારણોથી સાવધાન રહેવા છતાં પણ પોતાના શરીરને નિરોગી રાખવું સાંસારિક પુરૂષને તાબે નથી, એવુ જોવામાં પણ આવે છે કે સર્વ પ્રકારથી નિયમને તોડી દેવા છતાં મરજીમુજબ અને વર્તનાર લાંબી જીંદગી ભોગવી શકે છે.

આવો વિચાર કરીને અનેક મનુષ્યો પ્રારબ્ધના ઉપર આધાર રાખી મસ્ત રહે છે ને તેઓ કહે છે કે—જે કંઇ થવાનું હશે તે જરૂર થશેજ. માટે તે થવા આગળ બચવાનો કોઇ ઉપાય છેજ નહિ. આપણી સાવધાની રાખવી એ બધી નકામી વાત છે. વિશેષ વિચાર કરી ને જોવાથી એ બેઉ મત ઠીક પણ નથી, તેમ બિલકુલ ભ્રાંતિ લાયક પણ નથી. શાસ્ત્રકારોનું કથન છે કે આ બ્રહ્મસ્તમ્ભ પર્યંત તમામ પોતે પોતાનાં કર્મનાં ફળ ભોગવે છે. માટે મનુષ્યો પણ પોતાના કર્મ ફળ ભોગવે છે. હવે તે કર્મનું શુ સ્વરૂપ છે? કેટલા દિવસોમાં તેનું ફળ ભોગવે છે? એ ભોગના પ્રમાણમાં ન્યૂનાધિક થાય છે કે નહિ! ઇત્યાદિ વિષયોનો વિચાર કરવો પણ જરૂરનો છે.

મનુષ્ય જેવાં કામ કરે અગર જેવાં કામોની ચાહના કરે તેવાજ ફળ ભોગવે છે; પરંતુ શુભ કામ કરનારાને અશુભ ફળ અને અશુભ કર્મ કરનારાને શુભ ફળ પ્રાપ્ત થતા નજરે આવે છે! તેમજ કોઇ પણ મનુષ્ય પોતાને અશુભ ફળ મળે એવી ચાહના કરતું નથી છતાં અશુભ ફળ કેમ પ્રાપ્ત થાય છે? એની મીમાંસા કરવાને માટે કર્મ બે પ્રકારનાં સ્વીકારવા પડે છે, એટલે કે એક દષ્ટ અને બીજુ અદષ્ટ દષ્ટ એને કહે છે કે જે આ જન્મમા શરીર મન વાણીની મારફત કરવામાં આવે, કેમકે તે ઘણું કરી અગોચર હોતા નથી. અને પૂર્વ જન્મોમાં કરેલા કર્મ અદષ્ટ કહેવાય છે, કેમકે તે કર્મો યાદી નષ્ટ થઇ ગઇ છે. આ બેઉ પ્રકારના કર્મજ ફળપ્રદ થઇને જીવને વિવિધ પ્રકારના સુખ દુઃખોનો ભોગ કરે છે.

જેવી રીતે બાળપણ, જવાની અને ઘડપણ એમ અવસ્થાનો ફેરફાર થાય છે, તેની રીતે બીજો જન્મ થવો એ પણ અવસ્થાનુંજ સ્થિત્યંતર છે. ભેદ એટલોજ છે કે પૂર્વ જન્મની વાતો ઘણું કરીને વિસરી જવાય છે, પરંતુ અત્યંત બાલ્યાવસ્થામા સંસ્કારની સાથ બોધ તથા સ્મૃતિનો પણ કંઇક આભાસ થાય છે: કેમકે ચાર પાંચ મહિનાનું બાળક જે વખતે બહુજ અજ્ઞાન હોય છે કે જે જાગ્રતાવસ્થામા પણ હસી શકતું નથી; પરંતુ તે વખતે પણ તે ઉંઘી ગયેલું બાળક પ્રકટરૂપથી હસે છે. તે બાળક હાસ્ય શી ચીજ છે તે પણ જાણતું હોતું નથી, તેમ વળી તેને સ્વપ્નામાં પણ એવું હસવાનું શું કારણ મળ્યું હોય! કે તે ક્ષણ ક્ષણમા હાસ્ય રોદનાદિ અનેક ભાવ પ્રકટ કરે છે! અને એ ભાવો ક્યાંથી આવ્યા? આ સંદેહ ઉપરથી કહેવુંજ પડશે કે એ સઘળી ચેષ્ટા પૂર્વના સંસ્કારનાં કારણોથી થાય છે એ ચેષ્ટાઓથી એ પણ પ્રતીત થાય છે કે એ બાળકને કંઇક પૂર્વ જન્મની સ્મૃતિ છે

દેહના તત્વને જાણનારા પ્રવીણ પુરૂષોનું કહેવું છે કે-આ મનુષ્યદેહ સાત સાત વર્ષને અંતરે ક્રમથી પહેલાં સંપૂર્ણ ઉપકરણો ને ત્યંજીને નૂતન અવયવોને ધારણ કરે છે. બે વર્ષના બાળકના શરીરનું જે લોહી માંસ,વગેરે હોય છે, તેજ બાળકનું દશ. વર્ષની અવસ્થા થતાં તે લોહી વિગેરે નહીંજ રહેશે. તે વખતે તેનું શરીર તમામ નવીન રીતિનુંજ થશે. આકૃતિ, સ્વભાવ પણ બદલી જશે. એક બે વર્ષના બાળકને સેંકડો વખત જોયું હશે કે તેનો ઘણી વખત પરિચય કરેલ હશે; છતાં પણ તે બાળક નવ દશ વર્ષના અંતરે જોવામાં આવે તો અવશ્ય પૂછવુંજ પડે કે આ બાળક કોનું છે ? જે જે ચીજો જોવા ગ્રહણ કરવાની બે વર્ષના બાળકને ઇચ્છા થશે તેજ બાળકને નવ દશ વર્ષની વયે પહોંચતાં તે તે ચીજો તરફ કંટાળો આવશે, તથા બે વર્ષના વય વખતની વાત પણ તેને ભાગ્યેજ યાદ હશે, ફક્ત સંસ્કાર માત્રનોજ આભાસ થશે. તેનું પ્રમાણ એજ છે કે બે બાળકોને બાળપણમાંથીજ એકઠાં રાખી પાલન કરવા છતાં પણ અવસ્થાની વૃદ્ધિની સાથે સાથે તે બેકની બુદ્ધિ વગેરેનો ભેદ પણ વધતો જશે, એનું કારણ શું છે ? આ વિષયમાં કોઇ કહેશે કે માતાપિતાના શારીરિક અને માનસિક ભેદજ તેનું ખાસ કારણ છે. કોઇ કહેશે કે—જેવા ઘરમાં જન્મ થાય છે તેના અનુસાર પ્રકૃતિ થાય છે, એ કારણને લીધે પ્રકૃતિને નિયત થવા હેતુ જન્મ છે; કેમકે પ્રત્યક્ષ દેખી લ્યો કે જો યવનને ઘેર પેદા થયો હશે તેની પ્રકૃતિ યવનકુળના અનુસાર થશે, જો પવિત્ર હિંદુકુળમાં અવતરેલ હશે તો તેની પ્રકૃતિ હિંદુકુળના અનુસાર અહિંસાદિ સદ્ગુણ સંપન્ન થશે. કોઇ કહેશે કે પૂર્વપ્રકૃતિના અનુસાર ઘરમાં જન્મ થાય છે અને પ્રકૃતિનુ પરિવર્ત્તન કરવાને કોઇની પણ શક્તિ હોતી નથી. ખેર, જે હોય તે ઠીક. આ વખતે આ વિષયથી વિષયાંતર થઇ જવાનું હોવાથી તે મોકૂફ કરવામાં આવે છે. આ વખતે તો એ વાર્તા જાણવાની આવશ્યકતા છે કે ઉપર જણાવેલ બે વર્ષના બાળકનું શરીર સાત આઠ વર્ષની અંદર જે પરિવર્ત્તન થઇ જાય છે તેનું કારણ શું ? ત્યાં હું એ કહીશ કે તે બાળકના માનસિક ભાવનું પરિવર્ત્તનજ શરીરના પરિવર્ત્તનનું કારણ છે. મન જે પ્રકારે નવીન નવીન વિષયની ઇચ્છા કરેછે તે પ્રકારે ક્રમાનુસાર દેહ પણ તદનુસાર અવસ્થાને પ્રાપ્ત કરે છે. પ્રતિક્ષણ દેહની વૃદ્ધિ અને ક્ષીણ-ક્ષય થવાનો એજ હેતુ છે. જીવનું મન નિયત રૂપથી વિવિધ વિષયોમાં આસક્ત થઇને જેવી રીતે સ્વભાવથીજ ભિન્ન ભિન્ન આકાંક્ષા કરે છે અને ક્રમથી થોડો થોડો વિભિન્ન ભાવ ધારણ કરીને માનસિક અવસ્થાનું પરિવર્ત્તન કરે છે, તેવી રીતે દેહ પણ નિઃશ્વાસ ઉષ્ણતા અને નખ-વાળ-ચામડી આદિના પડવા મારફત ક્ષય થાય છે. અને સ્નાન ભોજનાદિ મારફત પુષ્ટ થઇને પ્રતિક્ષણ ભાવના અનુકુળ આકારનું પરિવર્ત્તન કરે છે. આ વાતનો તો અનેક પુરૂષોને અનુભવ હશે કે સત્ચરિત્ર અને અસત્ચરિત્ર રૂપ ભિન્ન ભિન્ન માર્ગનું આલંબન કરનારા બેઉ બાળક હોય તે મની અવસ્થાની વૃદ્ધિની સાથ સ્વાભાવિક ભેદની સાથમાં પ્રતિદિન આકારનો પણ ભેદ થતો ચાલ્યો જશે. માનસિક પરિવર્ત્તન થવાના કારણથીજ શારીરિક પરિવર્ત્તન થાય છે. અને માનસિક પરિવર્ત્તન ન થવાથી શરીરનું પણ પરિવર્ત્તન થતું નથી, આ વાતને દ્રષ્ટાંત વગેરેની મારફત દર્શાવવાની ચેષ્ટા કરવી તે જરૂરની છે.

(અપૂર્ણ.)

વૈદ્યોને ચાનક આપનારી રમુજી વાતો.

[લખનાર—પુરોહિત પૂર્ણચંદ્ર શર્મા]

કોણ કહે છે કે આ નહી જીવે ?

એક સદ્ગૃહસ્થની દીકરી બીમાર થઇ હતી જેથી તેની બીમારીને દૂર કરવા વૈદ્ય-હકીમ-ડૉક્ટરો આવી ગયા, પરંતુ તે બધાઓએ બીમારના વાલીને ખાનગી રીતે કહ્યું કે—'શ્રીમની બાઇની જિંદગી સો વર્ષની થાઓ, પણ વૈદ્યકના નિયમ મુજબ એણીની જિંદગીનો અંત આવેલો માલૂમ પડે છે, પછી તો શ્રી હરી કરે તે સત્ય છે કુદરતની કળા કોઇના કળવામા આવતી નથી માટે દિલાસા લાયક દવા આપીશું તથાપિ જીવન વિષેની ખાત્રી અપાશે નહી '

આ પ્રમાણે અભિપ્રાય મળતા બીમાર બાઇના વાલી નિરાશાને ભેટયા દરમ્યાન એક તેમનો ઘરગથુ ઉટવૈદ યોગી ત્યા આવી ચડ્યો અને તેઓને ઉદાસ જોઇ તેણે પૂછ્યુ કે—'કેમ ઉદાસ છો ?' તેઓએ કહ્યું–'વ્હાલી શ્રીમતી નહી બચે એવા તમામ તબીબોના અભિપ્રાય મળ્યા જેથી નાઉમેદીને સ્વાધીન થયા છિયે પણ હવે તમો કંઇ તપાસ કરી આશાને દિલાસો આપો તો આનંદ થાય '

ઉટવૈદ યોગી તુરત દીમાગ સાથ બીમારની તપાસ કરવા તેણીના વાની સહિત ગયો અને બીમારની તપાસ કરી બોલ્યો—'કોણ કહે છે કે આ નહી જીવે ? જો એણીને કંઈ જોખમ થાય તો એણીને બદલે મારો જાન આપવા તૈયાર છુ હુ તો બીમારનુ મોત કયાય જોતો નથી જેઓ મ્હોત જુવે છે તે મહા મૂર્ખ છે ડીગ્રી મેળવી છતા પણ મરણ જીવનનુ જ્ઞાન તો પૂરેપૂરૂં જાણવામા હોતું નથી એણીને ફક્ત ત્રણજ પડીકા ઉંચી માત્રાના આપુ છુ કે તરત રોગનો અંતર્ધ્યાની જશે તમો બેફિકર રહો'

એમ કહી માત્રાના ત્રણ પડીકા આપ્યા ને મસમા ચટાડવા શરૂ કર્યા જો કે ઉટવૈદ યોગીરાજ તો બીમારને જીવાડવા ચાહતો હતો પણ કુદરત તેણીને પરલોક પહોચાડવા મચી રહેલ હોવાથી તેજ રાત્રીએ તે બાઇ તો આધાની દુનિયાની શરાય છોડી પોતાની આશાપર ત્રાપ મારનાર ડાગની ઉપર ફરિયાદ નોંધાવા જગતનિયંતાના દરબારમા દોડી ગઇ આથી ઉટવૈદ યોગીને બીજેજ દિવસ ન્યુસપેપરોવાળા હવામા ઉડાવા લાગ્યા અને કહેવા લાગ્યા કે—'યોગીરાજ ! શરત પ્રમાણે મરનાર બાળાના બદલે તમારા પ્રાણની આહુતી આપવા થઇ જાઓ તૈયાર ! કરાર નહી પાળશો તો ઉંટ વૈદાની ઓળમા ને ગપ્પીના ગૉળમા ખપશો પણ સબુર ! મારી જરા ભૂલ થાય છે જેથી તમારી ભૂલને ડૂલ કરી વિધાતાની ભૂલને ગણુ કરૂંછુ કેમકે વિધાત્રાએ ભૂલ ખાધી છે કે તમારા જેવા અક્કલના બધાને મહાન્ જોખમભરી, અરે ! ભર દરિયામા મુસાફરી કરનારા વ્હાણને ચલાવનાર ખલાસીની જગાના અધિકારી કર્યા છે ! તમે પોતેજ કહેતા હતા કે 'હુ તો બીમારનુ મ્હોત ક્યાય જોતો નથી !' તે ખરી વાત હતી, કેમકે જે કાળજ્ઞાનમા કામેલ થયો હોય તેજ જીવન મરણને જાણી શકે છે, પરંતુ તમે તો ભેભાગુ વૈદ, એટલે પછી કાળ

૩. **મનસિલ ભેદ**—મનસિલ ત્રણ પ્રકારનો. એક શામાંગી, બીજો કરવીરક, ત્રીજો દીખંડ એ રીતે છે. તેમાં જે હીંગલોક જેવો આરક્તવર્ણ તે 'શામાંગી' જે પીળાવર્ણનો તે 'વિદ્દીપિકા.' અને જે રક્તવર્ણનો છતાં સુરણ સરખો જડ કિંચિત્ રક્તવર્ણ ગૌર દીખંડરૂપ અને ઘણો જડરૂપ હોય છે તે 'કરવીર' આ ત્રણે મનસિલમાં કરવીર શ્રેષ્ઠ છે.

૪. **મનસિલ શુદ્ધ કરવાની રીત**—મનસિલને અધેડીયાના પાનના રસની સાત ભાવના આપવાથી કીંવા આદાના રસની સાત ભાવના આપવાથી શુદ્ધ થાય છે. મનસિલને હળદરના કાઢામાં ડોલાયંત્રવડે પકવવાથી શુદ્ધ થાય છે. મનસિલ જળભાંગરા, અગથીયા, હળદર અને આદાના રસમાં પચન કરવાથી શુદ્ધ થાય છે. મનસિલને ઝીણો વાટી ગાયની તક્રમાં (દહીંમાં ચતુર્થાંશ પાણી મેળવી વલોવી છાશ કરવી તેનું નામ તક્ર છે તેમાં) પલાળી એક પહોર સુધી ખલ કરવો, તેથી મનસિલ શુદ્ધ થાય છે.

૫. **શુદ્ધ મનસિલ ગુણ**—મનસિલ, ગુરૂવર્ણકારક, સારક, ઉષ્ણ, લેખન, તીખટ, કડુ અને સ્નિગ્ધ છે, તેમજ વિષ, તાવ, શ્વાસ, ઉધરસ, ભૂતબાધા અને રક્તવિકારનો નાશ કરે છે.

૬. **અશુદ્ધ મનસિલ દોષ**—અશુદ્ધ મનસિલ બળનાશક, મળબંધક, મૂત્રરોગ,શર્કરા અને મૂત્રકૃચ્છને ઉત્પન્ન કરનાર છે.

૭. **મનસિલ સત્વપાતન**—જે ઔષધથી હરતાલનું સત્વ પડે છે, તેજ ઔષધથી મનસિલનું સત્વ પડે છે. મનસિલ અષ્ટમાંશ, ગુગળ, લોહકાટ અને ઘી સરખા ભાગે લઈ ખલ કરવો, અને અંધમૂષમાં ઘાલી આંચ આપવી જેથી સત્વ નીકળે છે.

૮. **અશુદ્ધ મનસિલ ભક્ષણ દોષની શાન્તિ**—ગાયના દુધમાં મધ મેળવી ત્રણ દિવસ પીએ તો અશુદ્ધ મનસિલના દોષથી મુક્ત થવાય છે.

૯. **મનસિલ અનુપાન**—લીંડીપીપર, લીંબડાની લીંબોળીની મીજ અને મનસિલ એ ત્રણેને કારેલીના પાનના રસ સાથે ઘુંટી ગોળી કરવી, એ ગોળી ખાવાથી ત્રિદોષજ્વર મટે છે. મનસિલથી બમણું શંખનું ચૂર્ણ અને મનસિલથી અર્ધ ભાગ કાળાં મરીનું ચૂર્ણ, અને મરીના ચૂર્ણથી અર્ધ ભાગ સીંધવખાર એ બધાંને એકત્ર ખલ કરી અંજન કરવાથી નેત્રના ઘણા રોગો મટે છે. મધ સાથે અંજન કરવાથી વીચટરોગ, તિમિર અને ફુલું મટે છે. દહીના પાણી સાથે અંજન કરવાથી અર્બુદરોગ મટે છે. લીંડીપીપર કાળાં મરી અને મનસિલને પાણી સાથે ખળ કરી ગોળી કરી મુકવી તે ગોળી પાણીમાં ઘસી અંજન કરવાથી ભુગ્નનેત્ર સન્નિપાત મટે છે. એજ ગોલીના અંજનથી ભૂતોન્માદ અને તાવ પણ મટે છે. ભારંગ અને શુંઠ સાથે મનસિલનું સેવન કરવાથી શ્વાસ રોગ મટે છે. સોનાના વર્ક સાથે ખાવાથી વિષનો નાશ કરે છે, અરડુસાના પાનના રસમાં શુંઠ મરી પીપરનું ચૂર્ણ મેળવી તે સાથે મનસિલ ખાવાથી ઉધરસ મટે છે. મનસિલ એલાયચી, સુરમો, હીરાકશી, ઘરમાં રસોઇ કરવાની જગાએ ચોટે છે તે ધુમાસ, મેાથ; રાળ, લોદર અને ગોરોચન કિંવા હળદર એકત્ર વાટી સરસિયા તેલ સાથે લેપ કરવાથી કિલાસકુષ્ઠ, ખસ, ભગંદર, ઈદ્રલુપ્ત અને અર્ધરોગનો નાશ કરે છે.



તાવની રામબાણ દવા.
રૂ. ૧૦૦) ઈનામવાળી.

કોઈપણ જાતનો તાવ એટલે દાડનો, એકાતરીઓ, ચોથીઓ, ઉનો, ટાઢીઓ ને ચાલતા જમાનાના નવી નવી જાતના ઉડતા તાવ અમારી દવાથી ન ઉતરે તો લીધેના પૈસા પાછા આપીશુ કોઇ શખસ એમ સાબિત કરી આપશે કે વૈદ્ય ગિરધરલાલ કહાનજીની દવાથી ચોથીઓ તાવ ન ગયો તો તેને રૂ ૧૦૦ ઇનામ આપીશુ ગોળી ૪૨ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧–૦–૦.

પ્લેગની રામબાણ દવા.

પ્લેગથી બચવાને સર્વોત્તમ આ ગોળી છે, પ્લેગની ખરાબ હવામા નિરોગીને આ ગોળી એકદમ રામબાણની માફક આરામ કરી આપે છે આ ગોળીથી અમે પ્લેગના ઘણા કેસો સુધાર્યા છે માટે પ્લેગથી બચવુ હોય અને અમારી ઉપરની તાવની દવા વાપરી ખાત્રી કરવી હોય તેણે આ દવા ખરીદી રાખવી ગોળી ૪૮ ની ડબી ૧ ની કિંમત ૧–૮–૦

પરમીઆની રામબાણ દવા.

આ દવા તમામ જાતના પરમીઆ મટાડે છે ઇંદ્રિમા થતી બળતરા અને ચાલતુ પરૂ (રસી) બધ કરે છે સોજો ઉતારે છે, ટીપે ટીપે આવતો પેશાબ સાફ લાવે છે, કળતર અને પેટનો દુખાવો મટાડે છે, નીચેની રગમા જે દરદ થાય છે તેને તરત આરામ કરે છે. તેમજ ધાતુ વધારી શક્તિ આપે છે અને સાધાના દુખાવા મટાડે છે યાને પરમીઆથી થએલ તમામ દરદોનો તાકીદે નાશ કરે છે ડબી ૧મા ગોળી ૧૬ શીશી એકની કિંમત રૂ ૨–૪–૦.

ઘણા રોગોને ઝટ આરામ કરનાર,

શક્તિ–સંજીવન–વીર્યનો ઝરો.

કોઇ શખસ એમ સાબિત કરી આપશે કે આ દવામા શક્તિ લાવવાનો અને વીર્ય વધારવાનો ગુણ નથી તો તેને રૂ ૧૦૦) ઇનામ આપીશુ.

કમતાકત થયેલ ઇદ્રીયને તાકત આપી સતેજ કરવાનો શક્તિ–સજીવનમા ખાસ ગુણ છે. પેશાબમા, બગલમા, મોઢેથી અને ઇદ્રીથી જતી ધાતુ શક્તિ–સજીવન બધ કરે છે નપુસક થઇ ગયેલા મરદને શક્તિ સજીવન પુરૂષાતન આપે છે બરડાની ફાટ, કમરનો દુખાવો, પગનું કળતર મધીવા, ક્ષય, જુનો મરડો, ખાસી, વાયુના રોગો, મદાગ્નિ, અજીરણ કમજીઅત પિત્તકમળી કમળો, પિત્તપાકુ જીર્ણજ્વર વીગેરે ઘણા દરદોનો નાશ કરે છે સ્ત્રીના ગર્ભાશયના દરદોને થતો ગર્ભપાત અટકાવે છે વાઝણીને શક્તિ–સજીવનનુ સેવન કરવાથી (છોકરાની) પ્રાપ્તી થાય છે શક્તિ–સજીવન ધાતુના તમામ દોષ મટાડી સ્ત્રી, પુરૂષ, બાળક અને વૃદ્ધને પુષ્ટ, તેજસ્વી, કાન્તીવાન, બળવાન બનાવે છે ગોળી ૪૨ ની ડબી ૧ ના રૂ ૨–૮–૦,

આ સિવાય તમામ દરદોની દવા અમારા ઔષધાલયમા મળે છે, જે વી. પી થી મોકલવામા આવશે પરદેશથી મગાવનારાએ નીચેને સરનામે જીલ્લો, તાલુકો, પોષ્ટઓફીસ સાથે પત્ર લખવુ જાતે લેનારને અમદાવાદમા ત્રણ દરવાજે માણેકલાલ ફકીરચદની દુકાનેથી લેવી

વૈદ્ય શા ગિરધરલાલ કહાનજી
મુ. ધોળકા, જી. અમદાવાદ.

(congestion)થી થતી બીમારી થાય છે, તેઓના ચહેરા અને ભેજા ઉપર લોહીનુ જોસ થાય છે, શરીરની ગરમી વધે છે, ગર્ભાશયમાંથી લોહી વહે છે, ધાત જાય છે અને વખતે ઝાડો પણ થઇ આવે છે જે સ્ત્રીઓના શરીરમાં લોહી ઓછુ હોય છે, અને શરીરનો બાંધો નબળો હોય છે, તે સ્ત્રીઓના મોં ઉપર હાડકાં ને ખાડા દેખાય છે, ગાલ બેસી જાય છે, ચામડી રંગહીન/ફીકી ... થઇ કાગળ પડતી લીલી થાય છે, નાડ નબળી થાય છે, ને નબળાઈના બીજા ચિન્હો પણ જણાય છે જે સ્ત્રીઓ પોચા સ્વભાવની (nervous) હોય છે, તેઓનો સ્વભાવ ચિંતાતુર થાય છે, તેઓની આંખ ફરતા કાળા કુંડાળા પડે છે, અને તેઓ જાણે કાંઇ ભયમાં હોય તેવો તેમનો ઉદ્વેગ થાય છે, ચહેરા ઉપર પરસેવો આવે છે, અને કોઇ કોઇને તો હિસ્ટીરીઆ થાય છે

આ વખતે કોઇ કોઇ સ્ત્રીના ઉપલા હોઠ ઉપર અને દાઢી ઉપર વાળ ઉગે છે, અને કોઈ કોઇ સ્ત્રીનુ શરીર વધારે ગરમ રહેવા લાગે છે માસિકઋતુકાળ બંધ થતો હોય તેથી નાકમાંથી, ફેફસામાંથી, અર્શમાંથી કે પેસાબમાંથી લોહી પડે છે, વખતે ગર્ભાશયમાંથી પણ રક્તસ્રાવ થાય છે; ક્ષય, ઝાડો અજીર્ણ, હિસ્ટીરીઆ, મદોન્માદ, ગર્ભાશયના ક્ષત તેમજ મસા, અને ગર્ભાશય, સ્તન વગેરેનાં અર્બુદ પણ થાય છે

જ્યારે આમ તું મોઇ/બાજુ ચિન્હ દેખાવા લાગે છે, અને તેને માટે બીજુ કાંઇ કારણ ન લાગતુ હોય ત્યારે સ્ત્રીના શરીરમા કુદરતી ફેરફારો થવા લાગ્યા છે, અને તેની જીંદગીની બદલાઇ (change of life) જવાની છે એમ અનુમાન થાય છે આ વખતે કુદરત શરીરમા ઘણા ફેરફારો કરે છે, અને તેથી જ્યારે તેની વ્યગ્રતા શરીરમા સ્પષ્ટ જણાતી હોય ત્યારે જો હોમીઓપેથીની દવાઓ આપવામા આવે, તો કુદરતની તેને એવી તો સારી મદદ મળે છે, કે તેવી મદદ બીજે વખતે મળી શકે નહી સ્ત્રીના અંગમા રહેલ જે વ્યાધીઓ આ વખત સુધી મટી શક્યા ન હોય તે આ વખતે થોડી મહેનતે મટી શકે છે એથી ઉલટુ જે રોગો આ ઉમ્મરે આપી તે સ્ત્રી ઉપર ફાવી શક્યા હોતા નથી, તે આ વખતે જલદી ફાવી શકે છે આથી એ સિદ્ધાંતને મજબુતી મળે છે કે શરીરની અંદરના તંત્રરચનાની વ્યગ્રતા જ્યારે પ્રબળ હોય છે ત્યારે તેને જે તરફ ઉત્તેજન મળે છે તે તરફ જોર બતાવે છે

Disorders of Pregnancy.

ગર્ભાધાન સમયે થતા રોગો.

ગર્ભાધાનને લીધે સ્ત્રીની મજ્જા તંતુઓ ઉપર ઘણો બોજો આવી પડે છે, અને તે બોજો ઉપાડવા તેઓ શક્તિમાન થાય ને માટે કુદરતી રીતે તેની મજ્જા તંતુઓની શક્તિ વધે છે, તોપણ મજ્જા તંતુઓ જે જે સ્થળે ફેલાયલી છે, તેમાના એકાદ સ્થળે ઘણીવાર સમક્ષોભ* (sympathetic irritation) થયા વિના રહેતો નથી, સમક્ષોભને લીધે

---

*સમક્ષોભ —સરખો ક્ષોભના જેટલો આગર જેવો ક્ષોભ એક સ્થળે થયેલા ક્ષોભને લીધે બીજે સ્થળે થયેલા ક્ષોભ, ક્ષોભ એટલે વ્યગ્રતામાં થયેલો વધારો તે શબ્દ ક્ષુભ્ = હલાવવુ, આકુળ વ્યાકુળ કરવુ (to agitate) એ ક્રિયાપદ પરથી થયેલ નામ છે

ઉલટી, બેચેની વગેરે ચિન્હો થાય છે.

આ સિવાય ગર્ભાશય મોટું અને વજનદાર થવાથી પેટનાં બીજા અવયવો ઉપર દબાણ થાય છે, અને તેને લીધે પણ કેટલાંક લક્ષણો ઉત્પન્ન થાય છે. કોઇકોઇવાર સ્ત્રીના રૂધિરમાં કેટલાક ફેરફાર થયા હોય છે, અને તેથી કેટલાંક ચિન્હો પેદા થાય છે. આ ત્રણ કારણોની સાથે જ્યારે પોતાના **બાંધાની નબળાઇ**, અને **વારસામાં ઉતરેલા દોષો** મળે છે, ત્યારે ગર્ભાધાન સમયે થતા લગભગ સઘળા રોગોનો ખુલાસો મળે છે. કોઇકોઇ વખત સ્ત્રીના ઉત્પત્યવયવમાં કાંઇ **ખામી** હોય છે, તે આ વખતે પ્રદર્શિત થાય છે.

ગર્ભાધાન સમયે થતા રોગોને માટે દવા લેવી ન જોઇએ અગર તો કાંઈ ઉપાય ન કરવો જોઇએ એ વહેમ ખોટો અને નુકસાનકારક છે. આપણી પ્રજા નબળી થવાના કારણોમાં આ એક મોટું કારણ છે. શરીરમાં જન્મથી (predisposition to disease) વ્યાધિને લાયક કરનારા દોષો રહ્યા હોય છે, તે સઘળા આ વખતે પોતાનું બળ બતાવીને ફાવી જવા પ્રયત્ન કરે છે; કુદ્રત સ્વાભાવિક રીતેજ વધારે જોરથી કામ કરે છે. તે વખતે જો યોગ્ય હોમીઓપેથીની દવા આપવામાં આવે, અગર જે જે રસાયનીક ક્ષારો શરીરમાંથી ખૂટતા જણાય તે તે જલદી પૂરા પાડવામાં આવે, તો કોઇ રોગ ફાવી શકતો નથી.

જો હોમીઓપેથીની અને બાયોકેમીસ્ટ્રીની દવાઓ બરાબર સમજીને આપવામાં આવે. તો હાલમાં ગર્ભાધાનની સ્થિતિ બચ્ચાંને તથા માને જેટલી નુકસાનકારક થઇ પડે છે તેટલી નુકસાનકારક થવાને બદલે એક સુખદાયક અને હિતકર સ્થિતિ થઇ પડે. માનો જીવ બચાવવાને કેટલીકવાર જાણી જોઇને ગર્ભપાત કરવો પડે છે, તેવું કૃત્ય પણ આ દવાઓની મદદથી અટકાવી શકાય છે; અને આ વખતે દવા લેવાથી નાનપણમાંથી લાગુ પડેલા કેટલાક દીર્ઘ રોગો એવી રીતે નાશ પામે છે કે તે ફરીથી કદી થતા નથી.

ગર્ભાધાન દર્મ્યાન જો સ્ત્રીની તબીયત સુધારવામાં આવે, તો પ્રસવ વખતે અને પછી તેને હેરાન થવું પડતું નથી, અને સુવાવડમાં થતી આંચકી, ઉન્માદ, અતિ રક્તસ્રાવ, નબળાઈ, ઈત્યાદિથી તે મૂક્ત રહે છે.

ગર્ભાધાન સમયે થતા રોગોના મુખ્ય પાંચ ભાગ થઈ શકે છે. (૧) **પાચન કરનાર, રસોત્પાદક, અને મળ મુત્રનો ત્યાગ કરનાર અવયવોના રોગ. (૨) રૂધિર ફેરવનારે અને શ્વાસોશ્વાસ ચલાવનાર અવયવોના વ્યાધિઓ. (૩) ગર્ભાશય અને તેનાં ઉપાંગના દરદો. (૪) હાથપગ જેવા હલનચલના અવયવો તથા ગતિતંતુના રોગો. (૫) મગજની લાગણીઓ અને વિકાર સંબંધી ન્યુનાધિકતા, તથા મગજનાના રોગો.**

(૧) પાચનક્રિયા સંબંધી અનિયમિતતા.

કેટલીક સ્ત્રીઓને **જમવાની રૂચી થતી નથી**; આવો ખોરાકનો અણગમો ગર્ભાધાનની શરૂઆતમાં વિશેષ થતો જોવામાં આવે છે; કોઇને કોઇ અમુક જાતનો ખોરાક ભાવતો નથી, ને કોઇને બીલકુલ અનાજ ભાવતું નથી. કોઇને ચાક, કોયલા, તીખાં, મીઠું, ભુતડો રાખ, ધુડ, લીંબુ વગેરે ન ખાવા લાયક **વસ્તુઓ ખાવા તરફ મન થાય છે.** અને

એવા અનેક ડોળા થાય છે. કેટલીક સ્ત્રીઓ ઘણું ખાય છે, તોપણ ધરાતી નથી. ઘણી સ્ત્રીઓને ગર્ભાધાનની શરૂઆતથી સવાર ઉઠતાં મોળ આવવા માંડે છે, અને ઉલટી થાય છે; આ મોળ અને ઉલટી જે સ્ત્રીને થતી હોય છે, તેને ઘણુંકરીને વખતો વખત તેજ રીતે થાય છે, અને તેવી ગર્ભાધાનનો તે સહેલાઇથી નિશ્ચય કરી શકે છે, કોઇને બહુ હુબકા આવે છે, ને કોઇને થોડા આવે છે. કોઇને ઉલટી જમ્યા પછી થાય છે, ને કોઇને તો પેટમાં કશું રહી શકતું નથી; તેણી કાંઈ ખાય કે પીએ એટલે તુરત ઉલટી થઇ જાય છે; આથી તેણીને તેમજ ગર્ભને પોષણ મળી શકતું નથી. કેટલીક સ્ત્રીઓ એકવાર ઉલટી કર્યા પછી જમી શકે છે. અને અનાજ પેટમાં રહી શકે છે આ ઉલટી સાથે કોઇ સ્ત્રીના પીપડીના પ્રદેશમાં (in tho epigastrium) ઘણો દુખાવો ઉપડે છે, તે દાબવાથી વધે છે, આવા દરદવાળી સ્ત્રીઓની પ્રકૃતિ, જન્મથી દૂષિત અને ક્ષય, કંઠમાળ ત્વચા રોગ ઇત્યાદિને લાયક (psoric) હોય છે.

ઉલટીનું પરીણામઃ—એકાદ બે વાર રોજ ઉલટી થતી હોય, તેથી પરીણામ ઘણીવાર માઠું આવતું નથી, પણ વધારે વાર ઉલટી થવાથી તેણીનું શરીર ક્ષીણ થાય છે, અને ગર્ભને પોષણ મળતુ નથી. તેથી જે બાળક અવતરે છે, તે નમણુ ને નિર્માલ્ય હોય છે. સ્ત્રીને કોઇવાર પેશાબમા આલ્બુમીન જવાનો રોગ થાય છે, અને કેટલાક રક્ત વિકારનું મૂળ રોપાય છે.

ઉલટીનાં બહારનાં કારણો—કોઇ સ્ત્રી અમુક દેખાવ જુએ, અગર અમુક ખોરાકની ચીજ જુવે તો તેને ઉલટી થાય છે, કોઇને કાંઇ વાસ આવવાથી ઉલટી થાય છે, કોઇને વહાણ કે ગાડીમાં બેસવાથી ઉલટી થાય છે, ઇત્યાદિ કારણોથી ઉલટી થાય, ત્યારે પણ યોગ્ય ઇલાજ કરવો જોઇએ. આવી ઉલટી થોડો વખત રહે છે.

કેટલીકવાર ગર્ભ ધારણ થયા પછી સ્ત્રીને પેટમાં ખાટાશ લાગે છે, અને છાતીમાં કાંઈ બળતુ હોય એમ લાગે છે, કોઇવાર ચોથો માસ બેઠા પછી સ્ત્રીને એવી લાગણી થવા લાગે છે. કોઇને ગળામા કાંઇ બળતું હોય એમ લાગે જે કોઇ કોઇ સ્ત્રીને ઘચરકાજ આવે છે, તો કોઇને ઓડકાર આવે છે.

ગર્ભાધાનને લીધે આતરડા ઉપર ઘણી વખત સ્પષ્ટ અસર થયા વિના રહેતી નથી. અને જે સ્ત્રીઓ હમેશાં ફક્ત બેશીનેજ વખત ગાળે છે. ને કાંઇ ઉદ્યમ કરતી નથી, તથા સ્ત્રીઓને ઝાડાની કબજીઅતનો વ્યાધિ થયો હોય છે, તે સ્ત્રીઓને આ વખતે વધારે હેરાન થવું પડે છે. ગૃહસ્થ કે ગરીબ ગમે તેવી સ્થિતિની સ્ત્રી યોગ્ય અંગકસરત વિના માત્ર મગજની મહેનત લઇને બેઠા બેઠા દિવસ ગાળે તો તે તન્દુરસ્તીને કેટલું નુકસાનકારક છે, તે ગર્ભાધાન અને પ્રસવ વખતે ઘણી સારી રીતે જણાઇ આવે છે. દસ્ત બરોબર વખતે અને જોઇએ તેવો પક્વ થઇને ઉતરવાને બદલે ઘણીવાર ઝાડાની કબજીઅત થાય છે. આ અડચણ યોગ્ય કસરતથી પણ થોડી ઘણી દૂર થાય છે. કેટલીકવાર ઝાડો અપકવને લીધે સફેદ ઉતરે છે. કેટલીક સ્ત્રીઓને આ વખતે હરસનો રોગ જણાય છે.

જેમ ઝાડો કબજ રહે છે, તેમ કોઇ કોઇવાર ઝાડો થઇ આવે છે; તે સાથે કાંઈ દુખાવો હોતો નથી. ક્યારેક મરડાના જેવો દુખાવો થઇને ઝાડો આવ્યા કરેછે. મળાશયમાં રહેલ

શ્લેષ્મ પડમા કેટલીકવાર છિદ્ર (fissure) પણ હોય છે અને તેથી દસ્ત ઉતરતી વખતે ઘણું દરદ થાય છે હરસમા અને આ છિદ્રમા તફાવત હોય છે માટે તેની ખાત્રી કરવી અને શસ્ત્રક્રિયાથી તે રદ્ર બધ કરવા પ્રયત્ન કરવો નહિ કેમકે હોમીઓપેથીની દવાથી તે મટી શકે છે

પાચનક્રિયાના તથા આંતરડાના દરદ માટે અનુસંગી ઉપાય—જે ખોરાક સગર્ભા સ્ત્રીને સારી રીતે પચે, અને જેનાથી કોઈ નુકશાન થાય નહિ તે ખોરાક આપવો, એ માટે તેની રૂચિ શુ ખાવાની છે તે જોવુ તે ખોરાક તેને ભાવે છે તે ઘણુ કરીને તેના પેટમા રહે છે, ને ઉનગી થતી નથી કેટલીકવાર અમુક ખોરાકથીજ અજીર્ણ ઓડકાર વગેરે થાય છે, તો તે ખોરાક બધ કરવો દવામા પણ એવુજ બને છે કે અમુક દવાથી તેણીને આ વખતે સૌથી વિશેષ ફાયદો થાય છે, માટે સ્ત્રીને જે અનુકુળ થઈ પડે તેજ દવા (individual specific) તેને આપવી આતરડાની અવ્યણુ માટે હરવા ફરવાની ટેવ રાખવી અને પેટને તથા પગને શરદી લાગવા દેવી નહિ સગર્ભા સ્ત્રીએ પથ્થરની છો ઉપર બેસવુ કે ઉઘાડે પગે ફરવુ નહિ પેટ ઉપર ફ્લાનીનનુ કપડ રાખવુ, અને તો ચણીઓ અને કમજો બન્ને ગરમ કપડાના કરાવીને પહેરી રાખવા ઝાડો બધ આવ્યો હોય તો સ્ત્રીએ બાછાનામાજ સુઇ રહેવુ, અને ઝાડો પણ સુતા સુતાજ કાઇ તેને યોગ્ય ઠામમા કાઢવો વખતો વખત મેહા થવાથી અશક્તિ વધારે આવે છે, ગર્ભને નુકશાન પહોચે છે તથા ઝાડો જલદી મટતો નથી ઝાડો ઉતરતો ન હોય તો કદી રેચ લેવો નહિ પણ જરૂર પડે તો પીચકારીથી ઝાડો ઉતારવો

શુક્રનો વધારો.

ગર્ભાધાનના પહેલા બે ત્રણ મહિનામા શુક્ર વધારે **નીકળે છે.** જ્યારે શુક્ર ઘણુ વહે છે, ત્યારે તેથી નબળાઇ વધતી જાય છે માટે ઉપાય લેવાની જરૂર પડે છે કોઇ કોઇ સ્ત્રીને ગર્ભાધાનની બધી મુદત દર્મ્યાન શુક્ર વિશેષ નીકળે છે આ શુક્રને કોઇ ગ્રાહી (astringent) દવાથી એકદમ બધ કરવુ જોઇએ નહિ, પણ હોમીઓપેથીની કે જીવન રસાયનની દવાથી ધીમેધીમે તેને બધ પાડવુ જોઇએ એકદમ બધ કરવાથી કોઇવાર માથા ઉપર લોહી ધસે અને કોઇવાર છાતીમા સુકવણુ થઇ આવે છે કેટલીક સગર્ભા સ્ત્રીના **મોઢામાથી લોહી નીકળે છે.**

ઉપાય —

પેસાબ સબધી હરકતો ને વ્યાધિઓ.

(The Urinary derangement)

જેમ ગર્ભ મોટો થતો જાય છે તેમ મૂત્રાશય ઉપર દબાણ વધતુ જાય છે આથી તેમા પેસાબ થોડો રહી શકે છે કેટલીક સ્ત્રીને વખતો વખત પેસાબ**ની હાજત થાય** છે કોઇવાર પેસાબના ભાર ચોહાક દીપાજ પડે અને પણ દર્દ **થઇને** પડે છે ક્યારક પેસાબ બધ થાય છે આ વનાવ ઘણુ ગર્ભાશયનુ પેટને લીધેથી ફરી જવા પણ હોય છે

મેળવવાને શ્રમ કરવામા પાછા હઠે એવા નથી તેથી આ દાખલો લખી આપવા ઘણો આનંદ થાયછે ને એવા ઉદ્યોગી ને શોધક માણસની બદલી થવાથી અહીના લોકો નાગજ થશે, કેમકે કોલેગ જેવા પ્રસંગે એઓ બધાના ઊપયોગમા આવતા તેથી તે લોક નાગજ થશે એમા શકા નથી ૬-૭-૮૫

નેટીવ દવાનુ ઉત્તેજન ઇચ્છનાર,
(सही) चितामणराव नारायण मुजुमदार,
वडोद्र

This is to certify that Bhogilal Vikramlal possesses a fair knowledge of native *materia medica* and native practice of medicine I have had opportunities of judging of this from an acquaintance with him extending over two years He is an intelligent hardworking and careful man

Bombay, 8th July 1880 (Sd) BHALCHANDRA KRISHNA L M

શ્રી

નદા રાજમાન રાજેશ્રી વકીલ ભોગીલાલભાઈ વિક્રમલાલ મુ ખેરાળુ અમો નીચે મહીઓ કરનાર ઊમતાના મુખીમતાદાર તથા રઈયત લોકો આ માનપત્ર રૂપી સરટીફીકેટ આપીયે છીયે કે, મજકુર ગામે સાવમજકરશા વૈશાખ સુ ૭ ના રોજથી ટ્રાવેસા નો ભયકર રોગ શરૂ થયેલો અને તે ઘા ૨ ૫ાટેથી આવેલા આ રોગ જેઠ માસ આખર સુ'ધી ચાલેલો આ રોગની શરૂઆતથી તે

બંધ થતાં સુધી ત્રણે તમારી જાતની બનાવેલી કૉલેરાના દુષ્ટ રોગ ઉપરની દેશી દવા વખતો વખત વીન કિંમતે અમોને પૂરી પાડેલી છે. આ દવા દેશી કાષ્ટાદિ વનસ્પતિ વગેરેની છતાં નિર્વિકારી છે. એનો ઉપયોગ આબાળવૃદ્ધને થઇ શકે તેમ છે. આ દવાથી ઘણાં જ માણસો એ દુષ્ટ રોગના પંજામાંથી બચી ગયાં છે. આ દવા આપ્યા પછી તેની અસર ઘણીજ જલદી થઈ આરામ થાય છે. તમોએ આવા ભયંકર રોગના વખતમાં આવી દવા વગર કિંમતે પૂરી પાડી તેના માટે અમે તમારો મોટો ઉપકાર માનીયે છીયે. અને આ માનપત્ર તમને ઘણી ખુશીની સાથે આપીયે છીયે.
તા. ૨૫-૭-૯૮.

(સહી) પટેલ ત્રિકમ **જેરામદાસ**, દ. પોતે.

„ વોહોરા **લુકમાનજી આલરામજી**, દ. વલ્લભરામ ત્ર્યંબકેશ્વર.

„ પટેલ **રામચંદ્ર મહાદેવજી**, દ. પો.

„ પટેલ **મોતી ભગવાનદાસ**, દ. પો

આ સિવાય ગામ લોક પૈકી બીજી પાંત્રીસ સહીઓ છે.

સુ. મા. જા. નંબર ૧૧૫૬.

શ્રી.

સિક્કો.

રા. ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વકીલ સાહેબ. મુ. ખેરાળુ.
રાજ ખેરાળુમાં આવવું થયું ત્યારથી આપના વિષે મને થયેલા

અનુભવથી મને કહેવાની ઘણી ખુશી ઊપજેછેકે, આપે કાયદા સંબંધી સારી માહિતી મેળવી છે, અને ન્યાયના કામમાં ઘણી સારી મદદ કરેછો, તમારા કામ કરવાની રીતથી હું ઘણો ખુશી થયો છું. વકીલના કામ સિવાય તમે મુલ્કી, ફોજદારી વગેરે કામ સારી રીતે કરી શકોછો અને લોઅર સ્ટેન્ડર્ડની પરીક્ષામાં પાસ થયેલા છો. વળી પાલણપુર એજન્સીની કોર્ટના વકીલની પરીક્ષામાં તમે પાસ થયેલા છો, તથા આ રાજ્યના વકીલની પરીક્ષામાં તમે પાસ થયેલા છો તમે વૈદકશાસ્ત્રનો સારો અભ્યાસ કરેલોછે અને તમારી દવાથી ઘણો સારો ફાયદો થાયછે. દેશી વૈદકને પ્રસિદ્ધતામાં લાવવામાં તમો ઘણી કાળજી રાખોછો, તથા **મેસ્મેરીઝમના પ્રયોગ પણ તમે સારી રીતે કરી જાણોછો. જે પ્રયોગ મેં મારી જાતે જોયાછે તે ખરા છે એવી મારી ખાત્રી થઈછે.** એકંદરમાં તમારા સમાગમથી મને ઘણો સંતોષ થયો છે. હમેશાં તમારા જેવા ગુણવાનની સંગત સરકારી અધિકારીઓને રહેવાથી સરકારી કામને ઘણી મદદ થાયછે અને તેથી રૈયત ઘણી સુખી થાયછે. આપને માટે મારા ઘણા સારા વિચારોની નિશાની દાખલ આ દાખલા તરીકે સર્ટીફીકેટ મારી ખુશીથી આપું છું. તા. ૧૩ માહે ડિસેમ્બર સન ૧૮૯૦.

(સહી.) **ભગુભાઈ હાજીભાઈ,**
વહીવટદાર વ સેકન્ડ કલાસ મેજીસ્ટ્રેટ,
મુ. ખેરાળુ.

Kheralu.

2nd March 1891

I feel great pleasure to testify to the knowledge the bearer, Mr Bhogilal Tikamlal a Vakil of the

Kheralu court, has of the native physic. He is inquisitive and persevering. When he hears of any new medicines he is after it. I have tried his medicines myself and found them efficacious. Kheralu has no Government dispensary, but Mr. Bhogilal has out of philanthrophy supplied the want by giving medicines to the people at his own cost. He is liked by the people.

(Sd.) B. PATVARDHAN,
Sub Asst. Barkhali Department.

સર્ટિફિકેટ.

રા. રા. આર્યબંધુ ભોગીલાલભાઇ.

આપે દેશી ઔષધિઓનો મોટો સંગ્રહ કરવા માંડયો છે, એવું મારા સાંભળવામાં આવવાથી મને અતિ હર્ષ થયો છે. કારણ કે આપણા ગુજરાતમાં હાલ તેવી દવાનો ઘણોજ તોટો છે. આપે બનાવેલી દવાઓમાંની વસંતમાલિની નામની ઔષધિ મારા અનુભવમાં આવ્યાથી તેના ગુણો ઘણા છે અને તેની અસરો તાત્કાલિક અને હમેશાં સુધી ટકી રહે તેવી છે. આ દવાએ મને એક અલભ્ય લાભ પ્રાપ્ત કરેલો છે, જે અત્રે દર્શાવવાની હું રજા માગું છું.

મારી પત્નીને ઘણા લાંબા વખતથી એટલે લગભગ આઠ દશ માસ થયાં રક્ત પ્રદરનો દુષ્ટ વ્યાધિ થયો હતો અને તે મટાડવા સારૂ મેં ઘણી હૉસ્પીટલોમાંની તેમજ દેશી ઔષધિઓનો ઉપયોગ કરેલો પરંતુ તે સર્વ ઔષધિઓ નિષ્ફળ થઇ છે; અને આખરે મારે નિરાશ થવાનો સમય આવ્યો હતો; પરંતુ તેટલામાં મારો અ-

ને આપનો સમાગમ થતાં તે દુષ્ટ વ્યાધિ વિષે આપને વાત કરી તે ઉપરથી આપે વસંતમાલિની નામની ઔષધિની ચાર ૪ ગુટિકા તે રોગ ઉપર અનુપાન સહ વાપરવા આપી. તે પ્રમાણે તેનો ઉપયોગ કરતાં પ્રથમ ગોળીએજ એક અજાયબ જેવી અસર પેદા કરી અને ચાર ગોળીઓ પુરી થતાવારમા તો તે રોગનો મૂળમાંથી નાશ થયો છે. હવે આવા પ્રસંગે મારે આપનો કેટલો બધો આભાર માનવો જોઇએ તે દર્શાવવા મને શબ્દો મળી આવતા નથી. વસંતમાલિની તે **વસંતમાલિની** જ છે તેણે પોતાના નામનો મહિમા રાખ્યો છે અને તે મહિમા રહેવાનું મુખ્ય કારણ આપનો ખંતી ઉદ્યોગ છે. આજ સુધી દેશી ઔષધિઓનો ઉદ્ધાર કરનાર કોઇ મારા જાણવામાં આવેલ નથી. અને આપે જે આ ભગિરથ પ્રયત્ન—દેશી ઔષધિઓના શોધનનો—આરંભેલો છે તેને નિર્વિઘ્ને પૂર્ણ કરશો એવી મારી આગ્રહ પૂર્વક ભલામણ છે. આપણા આર્યબંધુઓને ઉપયોગી થઇ પડવાનો આપનો આ સુઉદ્યોગ સદા વૃદ્ધિ પામશે અને તેવા સ્તુતિપાત્ર શોધનને માટે મારે આપને કેટલો બધો ધન્યવાદ આપવો જોઇએ તેનું વર્ણન કરતાં ઘણું લાંબું થાય એમ મારી આ ટુંક પત્ર લખી સંતોષ માનવાની આકાંક્ષા રાખું છું. તા ૧૫ ૬-૯૬

લી. હું છુ
આપનો આર્યબંધુ,

(Sd) NANALAL BHANUSHANKAR Bhatt,
મીડ ડેપો કલાર્ક, ખેરાળુ.

રા. રા. ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વકીલ, મુ. વડનગર.

આપને જણાવવાને અત્યંત ખુશી ઉપજે છે કે આપના તરફથી મળેલી "અપૂર્વ સુવર્ણમાલિની" નામની ગોળીઓએ મારા લાગટ છ દીવસ સુધીના કેઇતર પેટના દુખાવાને એકદમ બંધ કરી આરામ કર્યો છે. એ દરદ ઉપર મેં ઘણી જાતની દવાઓ અજમાવેલી છતાં કશાથી મને લગાર પણ આરામ નહીં જણાએલો, તે આપની ફક્ત ચારજ ગોળીઓ ખાતાં દરદ નરમ પડી તદન જડમૂળથી ગયું છે; ને તેથી તેની જેટલી પ્રશંસા કરૂં તેટલી ઓછી છે. દવા લીધા પછીના ફેરફાર પણ ઘણાજ ઉત્તમ છે. ભૂખ તથા બીજા શારીરિક ફેરફારથી હું ઘણોજ આનંદ પામું છું. કૃપા કરી તેમાંની બીજી ગોળીઓ મને વળતી ટપાલે મોકલશો. તા. ૨૮-૬-૯૬.

(સહી.) લિ. સ્નેહાધીન **ચુનીલાલ કંકલભાઈ,**
સ્ટેશનમાસ્તર, મેહસાણા જંક્શન.

પ્રીય ભોગીલાલભાઈ ત્રિકમલાલ વકીલ સાહેબ, ખેરાળુ.

લિ. બાલેખાન સુમરેખાનની સલામ-બાદ આપના તરફથી 'અપૂર્વ સુવર્ણમાલિની વસંત" નામની ગોળીઓ આવી હતી. આ દવાનો અનુભવ લેતાં કૉલેરા ઉપર તે ચમત્કારી રીતે ઘણી સારી અસર કરેછે અને હું ધારૂંછું કે આ દવા સંઘરવા યોગ્ય છે. કૉલેરા ઉપર તે એવી ચાલેછેકે ગમે તેવા અશક્ત થઈ ગયેલ માણસને ઘણી જલદીથી આરામ કરેછે અને તેટલા માટે એ દવા પૈકીની ગોળીઓ બીજી વધારે મોકલવાની મહેરબાની કરશો. મુ. વિસનગર, તા. ૨૯ જુન સન ૧૮૯૬.

લિ.
(સહી) **બાલેખાન સુમરેખાન,**
વકીલ.

I have great pleasure to express my thanks for your *"Vasant Malini pills"* which have rendered wonderful effects upon lingering fever. Their use of a short duration has convinced me of their true and sure efficacy, and I feel great pleasure to recommend them to the people who are laid up with such sort of fever. Dated 29th June 1896 Mehsana.

(Sd.) GOPALBHAI VARAJBHAI,
Aval Karkun, Vahivatdar Cutchery
Mehsana

Forwarded to Mr Bhogilal Trikamlal Vakil of First class Magistrate's Court, Kheralu, Mehsana-Vadnagar.

(Sd.) G MEHTA

રા રા વકીલ ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ, મુ ખેરાળુ

વિ વિ આપના તરફથી મને "અપૂર્વ સુવર્ણમાલિની વસંત" ની ગોળીઓથી શુ શુ અસર થાય છે તેનો અનુભવ જોવા મોકલી, તે ગોળીઓ મે એ દિવસ સુધી ત્રણ ત્રણ લેઈ તેનાપર સાકર, જાયફળ, કેસર, એલાયચી સાથે દુધ લેવામા આવેલુ તેથી મને નીચે પ્રમાણે અસર થઈ છે

ભૂખ ઘણી સારી લાગેછે તેમ નીશા વગર શરીર ઘણુંજ જાગૃતિમા રહેછે અને ઉંઘ ઘણી સારી આવે છે, વીર્યને વધુ વખત સુધી સ્તંભન કરે છે, ગોળીનો વધુ વખત ઉપયોગ કરે તો ઘણી

રાજમાન રાજેશ્રી ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ, આર્ય વૈદ્ય અને વડોદરા રાજ્ય અને પાલણપુર એજન્સી કોર્ટોના વકીલ.

આપની "અપૂર્વ માલિની વસંત" નામની ગોળીઓ વિષેની હકીકત આપના હેન્ડબીલમાં મેં વાંચી હતી. તે ગોળીનો ઉપયોગ કોલેરા જેવા રોગમાં થશે કે નહી એની મને શંકા હતી; પરંતુ મારા ચિરંજીવને એ રોગની અસર થવાથી મેં એ ગોળીઓનો ઉપયોગ કરી જોયો છે. તેની ઉમર વરસ ૫. ની છતાં એમાંની માત્ર દોઢજ ગોળીએ ઝાડા, ઉલટી વગેરે ઉપર તાત્કાળિક સારી અસર કરેલી છે, અને એ ગોળીનાં હું જેટલાં વખાણ કરૂં તેટલાં ઓછાં છે; માટે એ ગોળીમાંની એક તોલો ગોળીઓ મહેરબાની કરી મારા તરફ મોકલાવશો. તા. ૨૦ જુલાઈ સને ૧૮૯૬. મુ. ખેરાળુ.

(સહી.) શંકરલાલ છગનલાલ.

રાજમાન રાજેશ્રી વકીલ ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ આર્ય વૈદ્ય, અને વડોદરા રાજ્ય તથા પાલણપુર એજન્સિ કોર્ટના વકીલ.

વિનંતિ વિશેષ—ચાલુ માસમાં મને ઝાડાનો બંધકોશ પડેલો. જેથી હું ચાર પાંચ દિવસ સુધી ભારે હેરાનગતિમાં હતો. આ બંધકોશ મટાડવા માટે મેં દેશીવૈદોની જુલાબની દવાનો ઉપયોગ કર્યો હતો; પરંતુ તેથી મને કંઈપણ ફાયદો ન થતાં ઉલટી થઈ એ દવાઓ નીકળી ગઈ હતી. તેમજ ઇંગ્રેજી ડાકટરની દવા જુલાબનીનો ઉપયોગ કર્યો હતો; પરંતુ એ દવાથી જુલાબ ન થતાં ઝાડે માત્ર લોહી પડતું હતું તેથી દવાથી કંટાળી ગયો હતો. તોપણ આપની "અપૂર્વ માલિની વસંત" નામની ગોળીના ગુણો મેં સાંભળ્યા હતા તે પ્રમાણે આપની સલાહ લેઈ એ ગોળી મેં ઉ-

કાળેલા દુધ, ઘીના અનુપાન સાથે લીધી હતી તેથી મને તાત્કા ળિક અને ચમત્કારિક અસર થઈ હતી, અને જુલાબ પણ થયેા હતેા આ ગેાળીનેા બે દિવસ ઉપયેાગ કરતા મને એ દરદથી આરામ થઈ ગયેા છે, માટે આ ગેાળીના ગુણેાનુ જેટલુ વર્ણન કરૂ તેટલુ ઓછુ છે, માટે આમાની બીજી ગેાળીઓ મારા માટે મેાકલાવશેા તા ૨૪ માહે જુલાઈ સન ૧૮૯૬ મુ ખેરાળુ

(સહી) જેસગ રૂપજી દેસાઈ, ખેરાળુ

I have tried Mr Bhogilal's **Apurva Malini Vasant** pills on several patients and have always found them efficacious in the treatment of patients suffering from diseases alluded to and meant for by the originator, especially in those of nervous debility and wasting diseases The pills contain those costly drugs musk, gold and amber all genuine and the price fixed at is far less than its real worth and value

24 10 96 } (Sd) SHIV PRASAD J,
In the medical charge of Dispensary
Umreth



REGISTERED

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાના નૂતન શોધપ્રયોગોના
ઉત્તમ રહસ્યોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતું લોકપ્રિય વૈદ્યકીય માસિક

ધન્વંતરી

DHANVANTARI

દરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.] ફેબ્રુઆરી, [અંક ૪ થો.

સદ્‌ગત તંત્રી—ડા. મંજુલાલ ભોગીલાલ કંથારીઆકર.
એમ સી પી એસ. એમ બી એસ સી (કલકત્તા)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મસી-વીસનગર-ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોસ્ટેજ સાથે અગાઉથી ૨-૦-૦ છુટી નકલના ૦-૩-૦

સોરઠો

મોજ મજાહમાં રોજ, રહેવું હોય જો શ્રીધરી,
ખોજ અહિત પ્રતિરોજ, તો વાંચો "ધન્વંતરી."

'શ્રી સત્યનારાયણ" પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ-ઘીકાંટા—અમદાવાદ.

વિષયોની અનુક્રમણિકા.

વિષય

it is only a question of time. With those in vigorous health, but possessing only a moderate amount of surplus vitality, it will require only a few weeks of excessive work to show the victim that inroads are being made upon his nervous system. If he has more constitutional vigour, a longer time will be required, and, as before said, men often go years before the invasion is noticed. This weakness of the nervous system, then, may be the result of excessive labour, and of inadequate sleep & rest.

There are other means of undermining the nervous system, and arriving at a similar overstrained condition. A first requisite for keeping up the strength & vigour of an individual is adequate nutrition. Nutrition can only be appropriated by the system after the process of digestion. If a moderate bulk of food be taken that is rich in nourishing elements & that is easily digested, a man fed on such a diet does not undergo as much nervous strain as if fed upon a large quantity of diluted food which, although possessing an equal amount of nourishing elements, requires a much greater effort on the part of the organs for its digestion & assimilation It does not matter as to the final sult what causes have brought about the prostration of the rvous system If a man has abused himself by continuous work for a greater number of hours he will feel the need of a stimulant If he has abused himself by performing continuously months or years an undue and unnatural amount of labour, ever careful he may be to conserve his powers the time to come when he will feel the need of a stimulant. If unwittingly he continuously feeds himself on a food yielding a small amount of nutrition for an excessive amount of digestive force, the same result will be obtained, instead of a surplus of vital power, there will be a deficit, and as soon as this deficit appears, there will result a prostration of the nervous system, and a yearning for a stimulant If, in addition to the overstrain caused by excessive labour, and by inadequate attention to hygienic requirements there is the further misfortune of eating a food which, however nutritious may be,

is still unnatural & unduly difficult to digest, an inevitable bankruptcy of the vital powers is sure to ensue, and a craving for stimulants be experienced.

Unfortunately the demon of intemperance grows by what it feeds on. The very moment that anyone, from whatever cause, feels the need for a stimulant, and begins the use of it, whether tea or coffee, alcohal, or tobacco, there is then another cause making for prostration, in addition to the overstrain there is the injurious effect of the stimulant upon the nervous system, and then the victim has not only to suffer from excessive work or an inadequate diet, or both, but must undergo additional depreciation of vitality from the physiological effect of the stimulant indulged in.

The philosophic student has but to survey the field of civilization to perceive that a majority of men & women are performing an excessive amount of labour, and are taking inadequate sleep & rest. It is thus easy to understand why it is that the human race, in all ages & nations, has reached out for some form of stimulant.

As before said, gratifying the craving for stimulation with tea, coffee, or alcohol serves but to further deprave the system and further cause it to require stimulation. It is for this reason that all these poisons & habits mutually play into each other's hands

Anyone who eschews tea or coffee, as well as alcoholic drinks and who has studied this question, is well aware that *the use of tea & coffee paves the way for the use of tobacco, at any rate in the male, and that anyone using tea, coffee or tobacco is much more apt to acquire the alcoholic habit than one who does not use these stimulants.*

A perception of these principles affords the rationale & explanation not only of the causes of intemperance, but of the proper methods to be used for its prevention & cure. Whatever habits or practices tend to undermine the nervous system must be discontinued. Excessive work must be refrained from, and foods requiring an unnatural & undue strain upon the

nervous system for their digestion must be avoided. The conditions to be sought for are freedom from overwork; the use of a nourishing & easily digested food; and the avoidance of *all* stimulants—tea, coffee, spices, tobacco, and alcohol &c.

Fruitarianism, which is the natural food system combines all the advantages of vegitarianism & escapes some of its short—comings. It pleads for a much greater simplicity in diet, & teaches that tea, coffee, & tobacco play into each other's hands and prepare the way for King Alcohol. Its followers are able to get their heat giving food with almost no digestive effort, and consequently no strain upon the nervous system; and are able to obtain the nitrogenous portion of thier nourishment also with a less expenditure of digestive force Viewed from whatever standpoint, it will be seen that these plain teachings of physiology stand together to form an impregnable bulwork of temperance for all who will adopt them; and than *the substitution of the* sweet fruits for candies, sweetmeats and artificial sugar is an inevitable factor both for the prevention & cure of the drinking habit.

Dipsomania, is a technical term for a form of partial madness, inducing a propensity to drunkenness. A new cure for this abominable propensity has been found to be very effectual. The following paragraph from the *New York Mail* may prove useful for persuading Temperance workers to consider the value of Fruitarianism as a solution of the Drink Problem:—

"A man with the drink habit was persuaded to try using oranges as a cure. He says his physician advised the use of oranges, and the trial began with the eating of one orange before breakfast and one everytime thereafter that he thirsted for the stimulants he had been using. Gradually the desire succumbed to the treatment and now for more then a year the patient has felt no inclination whatever to return to the use of intoxicants. Eleven of his friends similarly afflicted with the drinking habit have profitted by this man's experience. It is certainly a very pleasant cure."

I should like to take this opportunity of stating to our readers that the juice of oranges, if liberally indulged in, is a speedy remedy for many ailments of an inflamatory nature—such as eruptions, ulcerations, painful inflamation of the mucus membrane in any part, and in fact all maladies which suggest over heating of the blood and uric—acid accumulations. But the remedy must be accompanied by abstinance from excessively heating food & drinks, such as tea, coffee, spices, meat, tobacco &c.

LAUGHS.

To Tame Two Tigers.

Take two tremendous tigers,
Tie tight their tails together;
Tickle their tender toe-nails,
Till thoroughly tired their tempers.

Q—Why is a studious monarch like a lean man?
A—Because he is always a-thin-king.

The *Mouse* and the *Corn.*

A certain farmer owned a box containing 50 ears of corn. In one corner of the box there was a small hole. A mouse finding this went in, and, coming out brought out three ears; this he did every day until the box was emptied. How long did it take the mouse to empty the box?

Answer.—Fifty days, for each time of coming out he brought out *one ear of corn* and two of his own!

Mary: "How many feet are there in a yard, dear?"
Sairey: "It depends whose yard it is and how many people there are in it!"

According To Taste.

Mr. Goff "Which side of the street do you live on?"
Witness "On either side. If you go one way it is on the right side, if you go the other way it's on the left."

Now, Was She Wrong?

'What is meant by the "lap of luxury"? asked a teacher of a class of little girls in England.

'Please, ma'am, I know' exclaimed the smallest of the lot, holding up her hand.

'Well, what is it, dear? inquired the teacher kindly.

'It's when the cat steals into the larder and licks the cream off the milk', responded the little one.

गर्भाधान संबंधी दरदो अने तेने दूर करवानी समज.

(લેખક તંત્રી.)



વિશ્વમાં મનુષ્યથી માંડીને તે પશુ, પક્ષિ, કીટ, પતંગાદિ સર્વને પોતાની સંતતી કે પરિવાર ઉપર અત્યંત પ્રેમ હોય છે. પરમકૃપાળુ જગદિશ્વરે મનુષ્ય જાતિમાં બુદ્ધિ મુકેલી છે તેના લીધે મનુષ્ય જાત સારામારનો વિચાર કરી શકે છે. આપણા આર્યશાસ્ત્રકારોએ તો કહેલુ છે કે–"अपुत्रस्य गति नास्ति स्वर्गे नैव च नैव च ॥" વળી કહ્યું છે કે–" अपुत्रस्य गृहं शुन्यं दिशा शुन्य च बान्धर। मूर्खस्य हृदयं शुन्यं सर्वं शुन्य दरिद्रता ॥ " ભાવાર્થ કે અપુત્રવાળાની સ્વર્ગમા ગતી નથી. વાંઝીયા માણસનું (પુત્ર વગરનાનું) ઘર શુન્ય, બંધુઓ વગરની દિશા શુન્ય, મૂર્ખનું હૃદય શુન્ય, અને દરિદ્રતામાં બધુંએ શુન્ય હોય છે. મનુષ્ય જાત સંતતિ પ્રાપ્ત કરવાને માટે બહુજ આતુર હોય છે. પરંતુ જ્યારે યોગ્ય વયે સંતતિ થતી નથી ત્યારે અજ્ઞાન માણસો ભુવા, જોગી, જતી, સંન્યાસી, સાધુ વિગેરે પાસે સંતતિ થના ફાંફાં મારે છે બુદ્ધિવાન માણસો વૈદ દાક્તરની દવાઓ કરે છે, યજ્ઞયાગાદિ કરે છે, અને અનેક દેવ દેવીઓની બાધા રાખે છે, પરંતુ સંતતી ન થવાના શાં કારણ છે તે તપાસ કરવા તરફ જરા પણ કાળજી ધરાવતી નથી. માટે એ સંબંધીનું ટુંક વિવેચન કરવું દુરસ્ત ધાર્યું છે.

ગર્ભસ્થાન કમળ." યુરષ્મ " આ અવયવ સ્ત્રી જાતમાં હોય છે. અને તે સા-

રા ને પુંઠાની વચ્ચે પેઢુના ખાડામાં મુકાયલું છે. એનો આકાર પેરૂ જેવો ઉપરથી પહોલો અને હેઠલથી સાંકડો હોય છે. તે ૩ ઇંચ લાંબુ, ૨ ઇંચ પહોળું અને ઉપલા ભાગથી ૧ ઇંચ જાડું છે. કુમારિકાઓમાં તેનું વજન ૨ થી ૪ તોલાનું અને બચ્ચાંવાળી સ્ત્રીમાં ફાાથી ૫ તોલાનું થાય છે. ગર્ભસ્થાન જાડા માંસના લોચાના સાકાનું બનેલું છે. અને તે અંદરથી પોકળ છે. એનો ખાડો ત્રિકોણાકારમાં છે. તેના હેઠલના સંકોચાયલા ભાગને "ગર્ભસ્થાનની ડોક" કહેછે. જેની અંદરનો ખાડો ગોળ છે. અને તેને છેડે એક આડી ફાટ જેને "કમળનું મોહો" કહેછે. અને જેથી ગર્ભસ્થાન અને "સંબંધ માર્ગ" વચ્ચે રસ્તો રહેલો છે. ગર્ભસ્થાનમાં "દસ્તાન" પેદા થાય છે. જે વિષે બીજી જગ્યાએ વિસ્તારથી લખવામાં આવશે.

ગર્ભસ્થાનને બન્ને ઉપલે ખુણે એકેક પાતળી ત્રણથી ચાર ઇંચ લાંબી નળી વળગેલી હોય છે. જેનું એક મોહો ગર્ભસ્થાનના ખાડામાં ઉઘડેછે અને બીજા મોહોનો છેડો છુટો રહે છે.

ગર્ભસ્થાનની ગાંઠો—ગર્ભસ્થાનની બહારની બેઉ બાજુ સાથે પહોળા બાંધણથી વળગેલી બે ન્હાની ઇંડાના આકારની ગાંઠો છે. જેને અંગ્રેજીમાં "ઓવરી" કહે છે. દરેક ૧ાા ઇંચ લાંબી ૦ાા "ઇંચ" પહોળી અને જાડાઇમાં ૦| ઇંચથી જરા ઓછી છે. તેનું વજન ૦| થી ૦ાા તોલાનું થાય છે. એ ગાંઠમાં ટાંકણીની અણીથી વટાણા જેટલા કદના ૧૦ થી ૫૦ દાણા હોય છે. જેને "ઇંડાના પોપચા" કહીએ તો ચાલે. અને તેમાં ઇંડાની સફેદીને મળતો પ્રવાહી હોય છે. જેણે મરઘીના અથવા બીજા જાનવરના પેટમાંથી નિકળતા ઇંડાંના ન્હાના પોપચા જોયા હશે તેને આ ગાંઠ માંહેલા પોપચાનો સારો વિચાર આવશે. એ દાણામાંનો એક મોટો થાયછે. અને જ્યારે તે પુખ્ત થાય છે ત્યારે ગાંઠની છેક ઉપર ઉપસી નિકળે છે. તથા તેની ઉપર ગર્ભસ્થાનની બાજુની નળીનો છેડો વળગી જાય છે. અને તેમાં તે ફુટીને પોતાની માંહે રહેલો પ્રવાહી રેડે છે જેમાંથી તે ગર્ભસ્થાનમાં વહે છે.

ગર્ભનું રહેવું–ગર્ભ કેમ રહે છે તે બારીકાઇથી અને સંપૂર્ણરીતે સમજવાનું કામ કાંઇ સહેલું નથી; પણ આપણા લોકોમાં એ વિષે એટલું તો અજાણપણું બતાવવામાં આવે છે કે વખતે ઘણા હસવા જોગ અને કઢંગા ખ્યાલો ફેલાવા પામેછે. અને તેથી ઘણો અવગુણ થાય છે; માટે તેની ટુંકમાં નીચે સમજણ આપવા દુરસ્ત ધારી છે.

મરદની ગોળીમાં (અંડમાં) ધાતુ અથવા મની પેદા થાય છે. તેમાં ન્હાના એક ઇંચના આશરે ૭ થી ૮ હજારમા ભાગ જેવડા જંતુઓ હોય છે. એ સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રમાં જોવાથી ન્હાના માથા તથા બારીક પુંછડી વાળા અતિશય ન્હાના જંતુઓ દેખાય છે. સાધારણ બોલીમાં કહીએ તો એ ન્હાના જંતુઓ જીવવાળા હોયછે, જેથી તેઓ સર્પની મિસાલે આડા અવળા હાલ્યા કરેછે. અને આગળ દોડે છે. હવે સંબંધ થયા પછી ધાત અથવા મની સંબંધ માર્ગમાં રેડાય છે અને ત્યાંથી પેલા હાલતા જંતુઓ કમળના મ્હોડામાં થઇને ગર્ભસ્થાનમાં જાયછે. અને તેમાંથી ગર્ભસ્થાનની આજુબાજુની નળીમાં દાખલ થાય છે.

હવે બીજા હાથ ઉપર ઓરતની "ગર્ભસ્થાન સાથેની ગાંઠો" માં કેટલોક ફેરફાર થાય છે. જે વિષે આપણે ઉપર કહી ગયા છીએ. તેમાં ઇંડાના પોપચાં જેવા દાણા પેદા

થાય છે, તે પાકે છે ત્યારે તે ગાંઠની ઉપર તરી આવે છે અને તેના ઉપર ગર્ભસ્થાનની નળીનો છુટો છેડો વળગે છે. પછી પેલા ન્હાના પોપચા-જેવો દાણો પેલી નળીમાં ફુટેછે. અને તેમાંની જે વસ્તુ ગર્ભ રહેવાને લાયકની હોય છે તે ગર્ભસ્થાનમાં થઈને તેની ન્હાની નળીમાં આવેલા મરદની ધાતુના સૂક્ષ્મ જંતુ સાથે મળી જાય છે. એ રીતે મરદની ધાતુમાં રહેલા સૂક્ષ્મ જંતુ તથા ઓરતના ગર્ભસ્થાનની ગાંઠમાના ઘણા ન્હાના પદાર્થોનો સંયોગ થવાથી ગર્ભ પેદા થાય છે. પછી એ પ્રમાણે રહેવો ગર્ભ ગર્ભસ્થાનની નળીમાથી ગર્ભસ્થાનમાં જાયછે. ત્યારે ગર્ભસ્થાનનું પડ જાડું થાય છે. અને ગર્ભવાળા પદાર્થની આસપાસ ફેલાઈને તેને એક થેલીમાં ઘેરી લેછે. અને ગર્ભસ્થાનમાં ગર્ભ મ્હોટો થાય છે. માતાના લોહીની નસોની શાખાઓ તેમાં જાય છે અને તેથી તેનું નવ માસ પોષણ થાય છે.

ગર્ભસ્થાનની ગાંઠમાંનાં પોપચાંઓ ઉપર કહી ગયા પ્રમાણે વારંવાર ફુટે છે, પણ જ્યારે તેમાથી નિકળતો પદાર્થ પાકો માને ગર્ભ રહેવાને લાયકનો હોય છે અને તે મરદની ધાતુમાંના જીવતા અને ગર્ભ રહેવા લાયકના જંતુઓ સાથે મળે છે ત્યારેજ ગર્ભ રહે છે. તેટલાજ માટે માતા તથા પિતાના શરીરની અને મનની હાલત ઉપર બાળકની તંદુરસ્તિનો તથા તેના સઘળા ગુણોનો આધાર રહે છે. તેમા ખસુસ કરીને ગર્ભ રહેતી વેળા માતાના શરીરની તથા મનની હાલત બાળકની સિકલ તથા તેના ગુણો ઉપર ઘણી અસર કરે છે.

પુરૂષની ધાતુ એ સફેદ, ઘટ્ટ, ચીકણો,અને સમિશ્ર પદાર્થ છે. તેની ઉત્પત્તિની શરૂઆત તરૂણ અવસ્થાએ એટલે કે આશરે ચૌદથી સોળ વરષની ઉમરે થવા લાગે છે. ઉપર કહી ગયા પ્રમાણે આ ધાતુમાં વીર્ય જંતુઓ જે(Spermatoza)ના નામથી ઓળખાય છે અને તેનાથી ગર્ભની ઉત્પત્તિ થાય છે. તેઓ વૃષણની સૂક્ષ્મ નળીઓના ગુચળાંમાં પેદા થાય છે. અને જેમ જેમ તેની પેદાશ વધતી જાય છે તેમ તેમ તે વીર્ય નળી વાટે ઉપર ચડે છે અને વીર્યાશયમા એકઠા થાય છે. તે સંયોગ સમયે વીર્ય નળના વીર્યાશયનાં પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડના કાઉપર્સ ગ્લેન્ડના તથા મૂત્ર માર્ગના વિવિધ પદાર્થ સાથે મળી સ્નાયુ સંકોચને લીધે પૂર્ણ જોસથી યોનિમાર્ગમાં દાખલ થાયછે. તંદુરસ્ત માણસને મૈથુન વખતે લગભગ ૧૦ થી ૯૦ ભાર ઘઉ જેટલું વીર્ય બહાર આવે છે. એકી વખતે સ્ખલિત થયેલા વીર્યમાં બાવીસ કરોડ કરતાં વધારે જંતુ બહાર આવે છે. એટલે લગભગ.(૨૨૧૨૫૭૯૦૦) જંતુઓ તેમાં હોય છે. દર અઠવાડીએ વૃષણમા કુલ (૨૨૬૨૫૭૦૦૦) જેટલા વીર્યજંતુ પેદા થાય છે, અને ત્રીસ વર્ષ ખરૂ બ્રહ્મચર્ય પાળનાર આદમીના વૃષણમાં (૩૩૯૩૮૫૫૦૦૦૦૦) જેટલા વીર્યજંતુઓને જન્મ મળે છે એવી ગણત્રી એક વિદ્વાન શોધકે કરેલી છે.

વિષય ભોગમા નિમગ્ન થયેલો પુરૂષ દરરોજ વિષયસુખ સેવાથી લગભગ એક અઠવાડીયામા જે પેદાશ વીર્યજંતુઓની થાય છે તેટલી સંખ્યાનો એકી વખતે નાશ કરે છે. અને પરિણામે શરીરની-ખરાબી તથા અનેક જાતનાં દરદો વહોરી લેછે, એટલુંજ નહિં, પણ આખરે અધાપાના પંજામાં સપડાયે જાય છે. અને વીયજંતુઓનો નાશ થવાથી તેમનું વીર્ય ગર્ભ ઉત્પન્ન કરવાને નાલાયક થાય છે માટે બ્રહ્મચર્યની કેટલી અગત્ય છે તે ઉપરના લેખથી જણાશે.

સ્ત્રીને ગર્ભ ન રહેવાના કમળના સાત દોષો છે જે શિવ પાર્વતિના સંવાદ રૂપે પુરાતન ગ્રંથમાં લખેલા છે. તે વિચારો જોકે હાલના વિચારોથી કંઈ અંશે ભિન્ન પડશે તોપણ તે ઉપયોગી હોવાથી નીચે દાખલ કર્યા છે.

શ્રી શંકર પુછે છે ને પાર્વતિ કહે છે કેઃ-

૧. સ્ત્રીનું કમળ પાણી ભર્યું રહે છે તેથી ગર્ભ રહેતો નથી.
૨. કમળમાં વાયુ રહે છે તેથી ગર્ભસ્થિતિ થતી નથી.
૩. કમળ ઉપર માંસ વધે છે તેથી ગર્ભસ્થિતિ થતી નથી.
૪. કમળમાં કીડા પડે છે તે વીર્યજંતુનો નાશ કરે છે.
૫. કમળમાં પિત્તાદિ દોષના દાહથી ગર્ભસ્થિતિ થતી નથી.
૬. કમળમાં શીત પિત્ત હોય તેથી ગર્ભસ્થિતિ થતી નથી.
૭. કમળમાં ભૂતપ્રેતાદિ દોષથી ગર્ભસ્થિતિ થતી નથી.

ઉપરના સાત દોષનાં ચીન્હ.

૧. પુરુષસમાગમ થયા પછી મસ્તક દુખે તો કમળ પાણીભર્યું જાણવું.
૨. પુરૂષસંયોગ થયા પછી હૃદયમાં દાહ અને વેદના થાય તો વાયુનો વિકાર જાણવો.
૩. પુરૂષસંયોગ થયા પછી કેડ દુખે તો માંસ ચઢયું જાણવું.
૪. પુરૂષસંયોગ થયા પછી હૃદયમાં વેદના થાય તો શિતપિત્ત જાણવું.
૫. પુરૂષસંયોગ થયા પછી પીંડી દુખે તો કમળમાં કીડા પડેલા છે એમ જાણવું.
૬. પુરૂષસંયોગ થયા પછી આખું શરીર દુખે તો કમળમાં પિત્તાદિ દોષ જાણવો.
૭. પુરૂષસંયોગ થયા પછી કાંઇ ન દુખે તો ભૂત પ્રેતાદિ દોષ જાણવો.

'ઉપરના સાત દોષોના ઉપાય.'

૧. પ્રથમ દોષની શાન્તિ માટેઃ કપાશીયાની મીંજ કાઢી ચોખાના ધોવરામણના પાણીમાં વાટી તેની ત્રણ ગોળી કરવી. ચોથા દિવસથી એ ગોળી સ્ત્રીએ યોનીમાં રાખવી. પહેલી ગોળી એક પહોર રાખી કાઢી નાંખવી. બીજી ગોળી બે પહોર રાખવી ને કાઢી નાંખવી. ત્રીજી ત્રણ પહોર રાખી કહાડી નાંખવી. એમ કુલ છ પહોર રાખવી. એમ ત્રણે દિવસ કરવું. ચોથા દિવસથી સાતમા દિવસ સુધી પુરૂષસંગ ન કરવો.

૨. બીજા દોષની શાન્તિ–વરધારાનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ ટાંક ૪, ગાયનું ઘી ટાંક ૨॥ એ બેની ગોળીઓ ત્રણ કરવી. તેને ઉપર પ્રમાણે દિવસમાં ત્રણ વખત ત્રણ દિવસ સુધી રાખી વર્તન કરે તો ગર્ભ રહે.

૩. ઇસિપને ટાંક ૩, હાથીના નખ ટાંક ૪ બાળી રાખ કરવી. સરશીયા તેલમા ગોળી ત્રણ કરી ઉપર પ્રમાણે ધોળુંજીરૂં (વઘારમાં આવે છે તે) ટાંક ૧, હાથીનો નખ ટાંક ૧ બાળી ઉપર પ્રમાણે ત્રણ ગોળી કરી રાખવી.

૪. ચોથા દોષની શાન્તિ–સાબુનું, પાપડીયાખારનું, હરડાં, બેડાં ને આંબળાં એ પાંચેનું પાણી ભેગું કરી તેમાં રુનું પેલ બોળી ઉપર પ્રમાણે યોનીમાં રાખી ઉપર

પ્રમાણે વર્તન કરે તો ગર્ભ રહે. અથવા સાઠીચોખા કે આંબળાંને વાટી તેનો લેપ કરવાથી પણ ફાયદો થાય છે.

૫. ઉજળા (સફેદ) ગોળની છાશની આછમા ત્રણ ગોળી કરી ઉપર પ્રમાણે ત્રણ દિવસ રાખવી.

૬. છઠ્ઠા દોષની શાન્તિ—જાયફળ ટાંક ૧, દાડમની છાલ ટાંક, ૧, કસ્તુરી વાલ ૧, પીંપળી મુળ ટાંક ૧, નર પારેવા (કબુતર) ની વિઘ્ઠા ટાંક ૧ એ રીતે પાંચ જણસને પાણીમાં વાટી તેની ત્રણ ગોળીઓ કરી યોનિમાં ઉપર પ્રમાણે દરરોજ ત્રણ દિવસ રાખવી અથવા જાયફળ ટાંક ૧, જાવંત્રી ટાંક ૧, પીંપર ટાંક ૧, એ ત્રણનું બારીક ચુર્ણ કરી કમળના પાનના રસમાં ગોળી બાંધી યોનીમાં દરરોજ ઉપર પ્રમાણે રાખે તો ગર્ભ રહે.

૭. સાતમા દોષની શાન્તિમાં નારાયણબળી આદિ ઉપાયો છે.

હાલના શોધો પ્રમાણે કમળના દોષ.

ગર્ભાશયનો વર્મ, ગ્રન્થિ, ચાંદાં, ઇત્યાદિ દર્દથી ગર્ભાશયની અંદરનો ભાગ તથા કમળ મુખ બંધ થઇ જાય છે. અને તેથી વીર્ય ગર્ભાશયમાં દાખલ થઇ શકતું નથી. કદાચ દાખલ થાય છે, તો અંદરના ઝેરી શ્લેષ્મના સંબંધમાં આવવાથી વીર્યજંતુ નાશ પામે છે. કેટલીક વખત ગર્ભાશયનું શ્લેષ્મ એટલુ બધું ચીકણું થઇ જાય છે કે તેને લીધે ગર્ભાશય બંધ થઇ જાય છે. અને કમળમુખ બંધ થઇ જાય છે. કોઇ કોઇવાર ગર્ભ રહે છે પણ ગર્ભાશય અંદરનું પડ રોગીષ્ટ હોવાથી તેની સાથે થોડા વખત પછી ગર્ભ બહાર નિકળી જાય છે. અંડાશય તથા ફલવાહિનીના દર્દથી તંદુરસ્ત સ્ત્રીબીજ વીર્યજંતુના સંબંધમાં આવી શકતું નથી. ઘણીવાર ઉદરમાં ચરબીનો ઘણો વધારો થઇ જવાથી ઉત્પત્તિ અવયવ સ્થાન ભ્રષ્ટ થઇ જાય છે. અને તેથી સ્ત્રીબીજ પુરૂષના વીર્યને મળી શકતું નથી. અથવા પ્રદરને લીધે યોનીનું શ્લેષ્મ રોગીષ્ટ બને છે. તેથી તેમાં વીર્યજંતુ જીવી શકતા નથી. પરંતુ ઘણી વખત પ્રદરવાળી સ્ત્રી કેટલાક છોકરાની માતા હોય છે તેનું કારણ એટલુંજ કે વીર્ય જંતુ યોનિના નીચલા ભાગમા નહિ આવતાં પરભાર્યા ગર્ભાશયમા દાખલ થાય છે પ્રમેહ, ચાંદી, કંઠમાળ, ક્ષય, પાન્ડુરોગ ઇત્યાદિ દર્દ ગર્ભ ઉત્પત્તિમાં વિઘ્નરૂપ થઇ પડે છે. કેટલીક સ્ત્રીમા અતિ વિષય વેગ થવાથી ફળવાહિની જોસથી ભિડાવા માંડે છે અને તેથી સ્ત્રી બીજને નુકશાન થાય છે. અથવા મદ્ર્જ્ઞાતંતુના જોસથી અગર વિજળીક બળથી સ્ત્રીબીજ સ્તંભિન થઇ જાય છે એટલુંજ નહિ પણ તેથી ગર્ભાશય પણ કોઇવાર એટલા જોસથી સંકોચાય છે કે જેમ પુરૂષમાં વેગથી વીર્ય સ્ખલિત થાય છે તેમ સ્ત્રીબીજ પણ જોસબંધ ગર્ભાશયની બહાર નિકળી જાય છે, તેથી ગર્ભ રહી શકતો નથી. આ સ્થિતિમા વીર્યપણ ગર્ભાશયમાં દાખલ થઇ શકતું નથી.

પુરૂષ દોષ—પુરૂષમાં પણ કેટલા દોષ હોવાથી ગર્ભ રહી શકતો નથી. જેમ કે વૃષણની ગોળી પેડુમાં રહી જાય છે અથવા તેનો બરોબર વિકાશ થઇ શકતો નથી તેથી સૃષ્ટિ ઉત્પત્તિ લાયક વીર્ય પેદા થઇ શકતું નથી. ઘણીવાર વૃષણ રજ્જુનો વર્મ મુત્રમાર્ગનો સંકોચ અથવા પ્રોસ્ટેટ ગ્લેની વૃદ્ધિને લીધે વીર્યનો રસ્તો બંધ થઇ જાય છે. તેમજ કેટલીક વખત.

ચાંદી, પ્રમેહ ઇત્યાદિ દર્દથી વૃષણની ગોળી સુઝી જાય છે તેથી પ્રજોત્પત્તિ લાયક પેદા થઇ શકતું નથી. વળી એવું પણ બને છે કે મણિ (Glens penis) ના જ્ઞાનનો નાશ થવાથી સંભોગ પછી વીર્ય બહાર આવતું નથી; પરંતુ મુત્રાશયમાં જાય અને પેશાબ સાથે બહાર નિકળી જાય છે. અતિ વિષય અને હાથરસની કુટેવથી પાતળું પાણી જેવું જાય છે અને તેમાં પ્રજોત્પત્તિ લાયક જંતુઓ માલૂમ પડતાં અને વિષયથી વીર્યને પરિપક્વ થવાનો વખત મળતો નથી. અને તેવા અપરિપક્વ વીર્ય ગર્ભ રહી શકતો નથી. તેમજ મૈથુન સમયે અતિ જુસ્સો વાપરવાથી ગર્ભાશય પાકું થઇ જાય છે અને અમળાઈ જાય છે, તેથી તે વખતે તેની શોષણ તથા આકર્ષણ શક્તિ એટલી બધી મંદ પડી જાય છે કે વીર્ય ગર્ભાશયમાં દાખલ થઇ શકતું નથી. આ તમા કારણો ઉપરાંત વંધ્યત્વનું અતિ સામાન્ય અને વારવાર મળી આવતું કારણ સ્ત્રી પુરુષના ઉત્પત્તિ અવયવની અરસપરસ અયોગ્યતા છે.

ગર્ભ ઉત્પત્તિ માટે તંદુરસ્ત સ્ત્રીબીજ તથા પુરૂષબીજના યથાર્થ સંમિલનની જરૂર છે. અને આ મિલન કમળમુખ તથા ઇન્દ્રિયમુખના પરસ્પરના નિકટ સંબંધથી વધારે ચોકસ થાય છે; કારણકે તે સ્થિતિમાં વીર્ય ગર્ભાશયની અંદર અથવા તેના મુખ ઉપર પડે છે, અને તેથી ગર્ભ રહેવા વધારે સંભવ રહે છે; પણ કોઇ કોઇ સ્ત્રીમાં ગર્ભધારણ શક્તિ એવી જબર હોય છે કે યોનિના ઓષ્ટ ઉપર વીર્ય પડે તો પણ તેઓ ગર્ભધારણ કરી શકે છે. તંદુરસ્ત ગર્ભાશય જ્યારે ઉસ્કેરાય છે ત્યારે પાસે પડેલો વીર્યનો થોડો ઘણો ભાગ પોતા તરફ આકર્ષે છે પરંતુ આકર્ષણ શક્તિ દરેક સ્ત્રીમાં સરખી હોઇ શકતી નથી જેઓ અતિ વિલાસ ભોગવે છે તેમાં તે મંદ પડી જાય છે. અને તેથી તેમને ગર્ભ રહેવા થોડો સંભવ રહે છે. પરંતુ જે સ્ત્રીઓ મૈથુનમાં નિયમિત રહે છે તેઓમાં આકર્ષણશક્તિ વધારે હોય છે. અને તેથી ગર્ભના ગમે તે ભાગમાં પડેલ વીર્યને ગર્ભાશય પોતાની અંદર ખેંચી લે છે. સાધારણ નિયમ તરીકે સ્ત્રીઓમાં જનનેન્દ્રિય ઉસ્કેરવાથી તથા મૈથુન સમયે આનંદ થવાથી ગર્ભ રહેવા વધારે વકી રહે છે. પરંતુ આ સ્થિતિ પ્રાપ્ત થયા વિના સ્ત્રી ગર્ભવતિ થતીજ નથી, એવી કેટલાક વિદ્વાનની માન્યતા ભૂલ ભરેલી છે. કારણકે મૈથુન વખતે જે આનંદની લાગણી થાય છે તે યોનિલિંગ તથા બીજા તંતુઓના ઉસ્કેરાવાથી થાય છે. પરંતુ જ્યારે અમુક કારણને લીધે આ અવયવોનું ચૈતન્ય નાશ પામે છે ત્યારે તેની સાથે આનંદનો પણ નાશ થાય છે. છતાં આ સ્થિતિમાં સંયોગ કરવામાં આવે તો ગર્ભાશય અને અંડાશય તંદુરસ્ત હોવાથી ગર્ભ રહી શકે છે. એટલુંજ નહિં પણ કેટલીક સ્ત્રીમાં વીર્યની પિચકારી મારવાથી અથવા યોનિઓષ્ટ ઉપર વીર્યનાં એક બે બિંદુ ...વાથી પણ ગર્ભ રહેવા સંભવ છે. વળી બીજી રીતે કહીએ તો કેટલીક સ્ત્રીમાં આનંદ પૂર્ણ અનુભવ થયા છતાં ગર્ભાશયની નબળાઇ તથા સુસ્તિને લીધે તેની આકર્ષણ ... શોષણ શક્તિ મંદ પડી જાય છે, અને તેથી યોનિમાં પડેલ વીર્ય ગર્ભાશયમાં દાખલ નહિં થતાં સંભોગ પછી તુરત યોનિઓષ્ટ ખીડાઇ જવાથી બહાર નિકળી જાય છે. અને તેથી ગર્ભ રહી શકતો નથી.

ગર્ભ ન રહેવાનાં મૂખ્ય કારણો અમે ઉપર બતાવ્યાં છે. હવે ગર્ભ ધારણ થાય તેવા ઉપાયોનું વર્ણન કરીએ છીએ.

જે સ્ત્રીને ગર્ભ ધારણ થતો ન હોય તે સ્ત્રીને ક્ષેત્રશુદ્ધિ થવા માટે પ્રથમ નીચે લખેલી દવા આપવાની જરૂર છે.

૧. શુદ્ધ લોહભસ્મ, શુદ્ધ તામ્રભસ્મ, અને શુદ્ધ સુવર્ણભસ્મને મધમાં મેળવીને રજ-સ્વળાપણાના ચોથા દિવસથી તે છઠ્ઠા દિવસ સુધી ગ્રહણ કરવાથી ક્ષેત્રશુદ્ધિ સારી થશે. એ ઉપાયે કરીને ગર્ભ ઉત્પન્ન થવાનું જે ગર્ભસ્થાન તેની શુદ્ધિ થાય છે. તે પછી ગર્ભ ધારણ થઇ શકે તેવા ઉપાય કરવા માટે આગળના ઋષિ મુનીઓએ કહેલું છે કે—

सगर्भा महिषि दुग्धं अजामूत्रेण या पिबेत् ।
सा नारी लभते गर्भ सहस्तिकविनां मतम् ॥१॥

૨. ગ્યાભણિ ભેંશનું દૂધ બકરીના મૂત્ર સાથે પીવાથી સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરે (દુધ શે. ૦| બકરીનું મુત્ર શે ૦| લેવું.)

रुतौ रुद्रजटां लात्वा गोघृतेनतु या पिबेत् ।
सा नारी लभते गर्भ नवतारुण्य संगमे ॥२॥

૩. રૂતુ આવ્યા પછી વડની વડવાઈ લેઇ તેને વાટી ગાયના ઘીના સાથે પીએ કે ન્હાટે તો પુરૂષના સંયોગથી તે ગર્ભ ધારણ કરે.

नागकेसर संयुक्तं जीरक गोघृतेन च ।
त्रिदिनं या पिबेन्नारी सा गर्भ लभते ध्रुवम् ॥३॥

૪ નાગકેસર ટાંક ૧, જીરૂ ટાંક ૧, ગાયના ઘી સાથે દિન ત્રણ પીએ તો સ્ત્રી ગર્ભ ધરે.

समूलपत्र सर्पाक्षिरविवारे समुद्धरेत् ।
एक वर्ण गवांक्षीरैः कन्या हस्तेन मर्दयेत् ॥४॥
ऋतुकाले पीनेत वंध्या पलार्द्धं दिन सप्तकम् ।
क्षीर शाल्योदनं मुद्गमिष्टाहारं प्रदापएत् ॥५॥

૫. સરપંખાનો છોડ આખો મૂળ, પત્ર, ડાળ વિગેરે સાથેનો રવિવારે લાવવો. તેને એક વર્ણી ગાયના દુધમાં કન્યાને હાથે મર્દન કરાવવો અને તે રૂતુકાળમાં વંઝા સ્ત્રીને સરપંખાનું પંચાંગ નવ ટાંક વજનને સુમારે પાવું. તેના ઉપર ખીર, ખાંડ, ઘૃત, ચોખા, મગ, મીઠો આહાર આપવો

उद्वेग भय शोकं तु दिवा निद्रां च वर्जयेत् ।
न कर्म क्रियते किंचित्सहनं शीत तापयोः ॥६॥

ઉદ્વેગ, ભય શોક, દિવસે નિંદ્રા ન કરવી, શીત તાપ ન વેઠવો.

एवं सप्त दिनं कुर्यात् वंध्या भवति गर्भिणि ।
चक्रांका वारिणापित्वा सगर्भा भामिनि भवेत् ॥७॥

એમ દિન સાત કરતાં વંધ્યા ગર્ભ ધરે કાકડીનું મૂળ પાણીમાં ઘસી પીતાં ગર્ભ ધરે.

पार्श्वपीप्पल बीजस्य चूर्ण खंड घृतेन च ।
या पिबेत् ऋतुकालेषु सा नारी लभते सुतम् ॥

૬. પારસ પીંપળાના બીજનું ચૂર્ણ ઘી ખાંડ સાથે રૂતુકાળમાં પીવાથી સ્ત્રી ગર્ભ ધ ને પુત્ર પામે.

૭. નાગકેસરનું ચૂર્ણ ઘીમાં રજસ્વળાપણાના ચોથા દિવસથી રોજ ત્રણ દિવસ સુધી જે સ્ત્રી પીશે અને તે ઉપર દુધભાતનું ભોજન કરશે તે સ્ત્રી પુરૂષના સંયોગથી ગર્ભ ધારણ કરશે.

૮. આમન, ગળો અને રાળ એનો કાઢો રજસ્વળાપણાના ચોથા દિવસથી જે સ્ત્રી ત્રણ દિવસ પીશે તે સ્ત્રી પુરૂષના સંયોગથી ગર્ભ ધારણ કરશે.

૯. અજમો, સફેદ ભોંયરીંગણીનું મૂળ (જેને લક્ષ્મણા કહે છે તે,) પીંપર, અને નાગકેસરનું સમભાગ ચૂર્ણ રજસ્વળાપણાના ચોથા દિવસથી ત્રણ દિવસ સુધી જે સ્ત્રી પીશે તે પતિના સંયોગથી (વંઝા હશે તોપણ) પુત્રવતિ થશે.

૧૦. પુષ્ય નક્ષત્ર ઊપર ધોળી રાસવંતિનું મૂળ લાવીને પોતાના પતિના પાસે ઘુંટાવવું. પછી તેને જે સ્ત્રી રજસ્વળાપણાના ચોથા દિવસથી ઘીમાં દિવસ ત્રણ સુધી પીશે અને તે ઉપર દૂધ ભાતનું ભોજન કરશે તે સ્ત્રી પતિના સંયોગથી ગર્ભધારણ કરશે.

૧૧. બીજોરીનું મૂળ દૂધમાં નાંખીને તે દૂધને ઘણીવાર સુધી ઉકાળવું. તેમાં ઘી નાંખી રજસ્વળાપણામાં ત્રણ દિવસ સુધી જે પીતી જશે તે પતિના સંયોગથી ગર્ભધારણ કરશે

૧૨. ચિકણા મૂળનું ચૂર્ણ ૧૦ માસા વજનથી લેવું (ચિકણાનું ઝાડ દક્ષિણમાં થાય છે જેને સંસ્કૃતમાં "બલા" કહે છે) તેટલુંજ જેઠીમધનું ચૂર્ણ લેવું અને સાકર તોલા ૮ લેવી અને ૪ માસા અજમો લેવો. સર્વને એકત્ર કરી બારીક વાટવું. પછી એક રંગી વાછરડીવાળી ગાયના દુધમાં મેળવીને રજસ્વળા સ્ત્રીએ પીવું, તે દિવસે કંઇ ખાવુ પીવું નહિ. રાત્રીએ પતિના સંયોગથી અને બીજે દિવસે દૂધ ભાતનું ભોજન કરવાથી તે સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરશે એમાં સંશય નથી.

૧૩. ખરેટી, ગંગેરણિની છાલ, મહુડાં, વડની કુંપળો, નાગકેશર એ સર્વ બરાબર લઇ તેને બારીક વાટવું. તે ચૂર્ણ ગાયના દુધ ટાંક ૫ મધ નાંખી તે સાથે લેવું. તે પ્રમાણે પંદર દિવસ કરે તો સ્ત્રી પતિના સંયોગથી ગર્ભ ધારણ કરે.

૧૪. ગર્ભધારણનો અનુભવી ઉપાય-૧ ભાગ જાયફળ, ૧ ભાગ લવીંગ, ૧ ભાગ કપુર, ૧ ભાગ કેસર, ૧ ભાગ હીંગળોક, ૫ ભાગ રૂદ્રવન્તિ એ ઓસડોનો દૂધમાં ખલ કરી તેની ગોળીઓ ચણા જેવડી બાંધવી. રજસ્વળાપણાના ચોથા દિવસથી ગોળી ખાઇ ઉપર દુધ પીવું. દુધ ભાતનું ભોજન કરવું. એ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ કરવું. ત્રણ દિવસમાં પતિના સંયોગથી સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરશે.

૧૫. એક મહાત્માએ ગર્ભ રહેવા માટે અનુભવ કરેલો નીચેનો ઉપાય બતાવ્યો છે

સમુદ્રફળ રૂ. ૨ ભાર, નાગકેસર રૂ. ૨ ભાર, ગોરોચન રૂ. ૪ ભાર, લઇ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેનાં ૩૨ પડીકાં કરવાં ને સ્ત્રીને રજસ્વળાપણાના ચોથા દિવસથી સાત દિવસ સુધી એક એક પડીકું રોજ આપવું. ઉપર અચ્છેર દુધ પીવું. અને મીષ્ટ-ભોજન કરવું, તેથી

સ્રીને ગર્ભ રહે છે. (આ મહાત્માએ મને જે સ્રીને આદવાથી ગર્ભ રહેલો તેના પુત્રને બતાવેલો છે, પરંતુ તે દવાનો મેં અનુભવ કરી જોયો નથી.)

૧૬. સ્રી રજસ્વળા થાય તેના પ્રથમ દિવસે બાવળીઆનો ગુંદ શેર ૦| લઇને રાત્રે પલાળી મુકવો. સવારે તેમાં રૂા. ૩ ભાર ખાંડ નાંખી ચાટી જવું. એ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ કરવું. ચોથા દિવસે સમુદ્રફળ નંગ ૧ લઇ તેને ખાંડીને નવટાંક દહી લઇ તેમાં મેળવીને ખાઇ જવું અને યોનીમાં સાકરની કાંકરી રાખવી. રાત્રીએ પતિના સમાગમથી ગર્ભ ધારણ કરશે. (શરીર બળ ને પ્રકૃતિ પ્રમાણે વજન કમી જાસ્તી કરવા હરકત નથી. કારણ સમુદ્રફળમાં વાતિ કરવાનો પણ ગુણ છે. સમુદ્રફળનો ડૌઝ ૭ માસા સુધીનો છે.)

૧૭. સાકર ટાંક ૧, નાગકેસર ટાંક ૧, ખરાસ ટાંક ૧, રેામી મસ્તકી ટાંક ૧, સર્વને વાટી વસ્રગાળ ચૂર્ણ કરી ત્રણ પડીકાં કરવાં. રજસ્વળાપણાના ચોથા દિવસથી ત્રણ દિવસ સુધી ગાયના ઘીમાં દરરોજ એક પડીકું પીવું.

૧૮. ઘાસીઓપિત્તપાપડો ટાંક ૨૧ બાળી તેની રાખ કરવી તેમાં સાકર ટાંક ૧૩ નાખી સાત પડીકાં કરવાં. રજસ્વળાપણાના ચોથા દિવસથી દિન સાત સુધી દરરોજ એક પડીકું પાણી સાથે ફાકે તો સ્રી ગર્ભ ધારણ કરે. છોડ બધાયું હોય તેને પણ ગર્ભ રહે.

૧૯. ઘાસીઓપિત્તપાપડો જઇ ૧ ભાર લઇ પાણી શે. ૧ મા ઉકાળી શે. ૦| પાણી રહે ઉતારી ગાળી લઇ પીવું. આ પ્રયોગ આસો માસમાં રૂતુ આવ્યા પછી ચોથા દિવસથી સોળમા દિવસ સુધી કરવાનો છે. રજસ્વળાપણું બધ થયું હોય તોપણ કરવા હરકત નથી.

૨૦. રજસ્વળાપણાના ચોથા દિવસથી ઘાસીયાપિત્તપાપડાનો ઉકાળો કરી શીતળ થયા પછી સાકર નાખી પાવો. એ પ્રમાણે ચોથા દિવસથી દસ બાર દિવસ સુધી પાવાથી ગર્ભ રહે ગર્ભ પ્રસવ થયા પછી તે સ્રીને વાસનું મુળ ઘસીને પાવું.

૨૧. સમુદ્રફળ ૨૧ લઇ ખાંડી ભુકો કરવો. તેની ગોળમાં ગોળી ૨૧ કરવી. રૂતુકાળે ચોથા દિવસથી દિન ૭ દરરોજ સુરજ સન્મુખ ઉભા રહી ગોદુગ્ધ સાથે ગોળી ૧ લેવી. એમ ૩ રૂતુ સુધી કરવું.

૨૨. અસાળીઓ ટાંક ૮ ખાંડી વસ્ર ગાળ ચૂર્ણ કરી ગોળ ટાંક ૮ મેળવી બારીક ઘુંટી ગોળી ત્રણ કરવી. રૂતુ કાળે પહેલા દિવસથી ત્રણ દિવસ સુધી દરરોજ એક ગોળી આપવી. ચોથે દિવસે પારસપીપળાનાં બીજ ટાંક ૨, કાળીજીરી ટાં. ૧, સાઠી ચોખા ટાં. ૨॥ એનું બારીક ચૂર્ણ કરી તેનાં ત્રણ પડીકાં કરવાં, ગોદુગ્ધ સાથે દરરોજ એક પડીકું લેવું. તેલ, મરચું, આમલી, હીંગ, વિગેરે કંઇ ખાવું નહિ. ખીર ખાડ, ચુરમું ખાવું તેથી ગર્ભ રહે.

૨૩. હરડેદળ, બેડાં, આમળાં, સમભાગ લેવાં. તેનું વસ્રગાળચૂર્ણ કરી ટાંક ૨॥ નાં પડીકાં કરવાં. રૂતુકાળે ચોથા દિવસથી ત્રણ દિવસ સુધી ગોદુગ્ધ સાથે રોજ એક પડીકું ફાકી ખીર ખાંડનું ભોજન કરવું તો ગર્ભ રહે.

૨૪. મોરશીખા ટાં. ૧॥, વડવાઇ ટાં. ૧॥, તુલસીની માંજર ટા. ૧॥, હીંગળોક ટા. ૧, નાગકેસર ટાં. ૧॥, ઈલાયચી ટાં. ૧॥, વરધારો ટા. ૧॥, આમન ટા. ૧॥, સફેદ

સંસારી અને મોજશોખી પુરૂષોને દિવસમાં બે વાર ઝાડે જવું પડે છે, અને જેને દિવસમાં ત્રણવાર મળશુદ્ધિ કરવી પડે તેને જરૂર રોગી સમજવો. હવે આવા ભૂલ ભરેલા વિચારના સંબંધમાં કહેવાનું કે, કાં તો ઉપર લખેલી કહેવતનો બનાવનાર આરોગ્યશાસ્ત્રના ખરા સિદ્ધાંતોથી અજ્ઞાન હોવો જોઇયે અથવા તો તે કહેવતનો લોકો ખરો અર્થ સમજતા નથી. અમારૂં પોતાનું તો એમ માનવું છે કે જો ઉપરની કહેવત ખરીજ હોય તો તેનો એવો અર્થ કરવો જોઇયે કે "યોગી એકવાર જમે છે, ભોગી બે વાર જમે છે અને રોગી ત્રણવાર ખોરાક ખાય છે, અને તેથીજ યોગીને માત્ર દિવસમાં એકવાર, ભોગીને બે વાર, અને રોગીને ત્રણવાર ઝાડે ફરવા જવું પડે છે. ઉપર લખેલી કહેવત ખરી હો કે ખોટી હો, અને તેનો અર્થ ગમે તે હો. આપણને તે સાથે કાંઇ ખાસ સંબંધ નથી; પરંતુ એ વાત તો શારીર શાસ્ત્રને આધારે નિર્વિવાદ રીતે સાબિત થઇ શકે છે કે મનુષ્ય દિવસમાં જેટલીવાર ભોજન જમે તેટલીવાર તેને દસ્ત સાફ ઉતરવો જોઇયે. કારણ; ધારો કે એક માણસ દિવસમાં ત્રણ વાર જમે છે, એટલે કે સવારમા સાત વાગે, બપોરે અને સાંજે સાત વાગે; અને આખા દિવસના ચોવીસ કલાકમાં માત્ર એકજ વખત મળશુદ્ધિ કરે છે; એટલે કે દરરોજ સવારમાં ઝાડે જાય છે. હવે આ ઉપરથી સ્પષ્ટ સમજાશે કે આ માણસે આગલા દિવસે સવારે સાત વાગ્યે ખાધેલા ખોરાકમાંથી પચતાં બાકી રહેલો ભાગ શરીરમાં ચોવીસ કલાક સુધી ભરાઈ રહી સડયા કરશે અને બહુ દુર્ગંધી મારશે, તેજ પ્રમાણે આગલા દિવસે બપોરે ખાધેલા ખોરાકનો મળ અઢાર કલાક અને રાત્રે કરેલા વાળુમાંથી બનેલો મળ બાર કલાક શરીરમાં ભરાઇ રહેશે. હવે ખરી રીતે દરેક વખત ખાધેલો ખોરાક બરોબર પચવો જોઇયે, અને તે પચ્યા પછી બાકી રહેલો મળ વણ વિલંબે શરીરમાંથી નીકળી જવો જોઇયે. એવા શારીર શાસ્ત્રના નિયમાનુસાર વિચાર કરતાં ઉપર લખેલા મનુષ્યના દાખલામાં આપણને જણાય છે કે તે માણસે આગલા દિવસે સવારે સાત વાગ્યે ખાધેલા ખોરાકનો મળ કાં તો શરીરમાં હદ ઉપરાંત વધારે વખત રહેતો હોવો જોઇયે, અથવા તો સાંજના જમેલા વાળુનો મળ જોઇયે તે કરતાં જલદી શરીરમાંથી કાઢી નાંખવામાં આવતો હોવો જોઇયે. સર્વ રીતે વિચાર કરતાં એજ નિર્ણય ઉપર અવાય છે કે ભોજનની ટંકની સંખ્યા અને મલોત્સર્ગક દસ્તની સંખ્યા સરખી હોવી જોઇયે. જોકે એ વાત તો ખરીજ છે કે છેક પાતળા ઝાડા થવા તે કેવળ અસ્વાભાવિક અને રોગની નિશાની રૂપ છે.

હવે બંધકોશ મનુષ્યોને શાં શાં કારણોથી લાગુ પડે છે તેનો વિચાર કરીયે. સામાન્ય રીતે વિચારતાં આ વ્યાધિનાં મુખ્યત્વે કરીને પાંચ કારણો જણાય છે; તે નીચે પ્રમાણેઃ—

(૧) અત્યાહાર; અથવા શરીરને જરૂર હોય તેના કરતાં વધારે પ્રમાણમાં ખોરાક ખાવાથી.

(૨) ઘણોજ થોડો ખોરાક ખાવાને લીધે આંતરડાં બહુજ ખાલી પડવાથી.

(૩) શરીરના પોષણમાં નિરૂપયોગી છતાં ખોરાકનું કદ પુરતા પ્રમાણમાં વધારી આંતરડાંને ઉત્તેજીત કરી દસ્ત સાફ લાવનાર પદાર્થોનો ખોરાકમાં અભાવ હોવાથી.

(૪) બંધકોશ કરે તેવી જાતના ખોરાક અને દવાઓના ઉપયોગથી.

(૫) આંતરડાં અને પેડુના સ્નાયુઓ નિર્બળ થવાથી મુખ્યત્વે કરીને બંધકોશ અને મળાવરોધનું દરદ જન્મ પામે છે.

ઉપર લખેલાં મુખ્ય પાંચ કારણોમાંથી પ્રથમનું કારણ જે અત્યાહાર તે આ વ્યાધિને કેવી રીતે પેદા કરે છે, તે વાત ટુંકામાં સમજાવવાની જરૂર છે. શારીર શાસ્ત્રનો એક એવો જાણીતો નિયમ છે કે શરીરને જેટલા ખોરાકની ખરેખરી જરૂર હોય, અથવા તો હોજરી જેટલો ખોરાક પચાવી શકવાને સમર્થ હોય તેટલાજ પ્રમાણમાં ખોરાકને પચાવનાર પાંચ જાતના રસ શરીરમાં દરરોજ પેદા થાય છે. હવે જ્યારે ઝટ ગળે ઉતરી જાય તેવા અને વિવિધ મસાલાવાળા ખોરાક વડે કૃત્રિમ સ્વાદ ઉત્પન્ન કરી, જીભ વિગેરે ને છેતરીને જોઇયે તે કરતાં વધારે પ્રમાણમાં ખોરાક ફક્ત મ્હોંમાંના એક માંસના લોચા (જીભ) ને સંતોષવાની ખાતર ખાવામાં આવે છે, ત્યારે તેટલા વધારે ખોરાકને પચાવવા જેટલા રસ શરીર લાંબો વખત ઉત્પન્ન કરી શકતું નથી. એટલુંજ નહિ પણ પંચ પ્રકારના પાચન રસ ઉત્પાદક અવયવો પણ અગાઉ કરતા વધારે નિર્બળ બની જાય છે. પરિણામમાં ખોરાક બરોબર પચી શકતો નથી એટલુંજ નહિ પણ આંતરડાં રૂપી સાંકડી નળીનાં થઇને પસાર થતા મળને ઢીલો રાખવાનું તથા આંતરડાંને અંદરથી સુવાળાં રાખવાનું કામ કરનાર પિત્ત (Bilo) નામનો રસ શરીરમા જોઇએ તેટલા પ્રમાણમાં અત્યાહારની કુટેવને લીધે પેદા થઇ શકતો નથી. આ કારણથી મળ સુકો પડી જાય છે તથા આતરડા અદરથી જોઇએ તેટલાં સુવાળા નહિ રહેવાથી તેમાં થઇને તે સરળતાથી પસાર થવાને બદલે જ્યાં ત્યાં અટકાઇ અને ભરાઇ રહે છે. આવી રીતે જ્યારે મળ શરીરમાં ભરાઇ રહે છે અને દરરોજ દસ્ત ખુલાસેથી થતો નથી ત્યારે તે દરદને બંધકોશ કે મળાવરોધ એવું નામ આપવામાં આવે છે. અને આ બંધકોશમાંથી આ લેખની શરૂઆતમાં જણાવ્યા પ્રમાણે અનેક તરેહના બીજા વધારે ભયંકર વ્યાધિઓ પેદા થાય છે. આ ઉપરથી અત્યાહાર એ બંધકોશનું એક અગત્યનું કારણ છે એ વાત વાચકોના લક્ષમાં આવી ગઇ હશે.

બંધકોશ થવાનું બીજું કારણ આગળ જણાવી ગયા તે પ્રમાણે ઘણોજ થોડો ખોરાક ખાવો તે છે દુષ્કાળના વખતમાં ભુખે મરતા લોકોને તથા નિરાહાર રહી ઉપવાસ કરનારને, જો કોઇ ખાસ ઉપાય ન લેવામાં આવે તો દસ્ત સાફ આવતો નથી, અને તેથી પહેલાનો જે મળ આતરડાંમા હોય છે તે સુકાઇ જઇ કઠણ થઇ જવાનો ભય રહે છે.

તેજ પ્રમાણે ત્રીજા કારણમાં જણાવ્યા પ્રમાણે જ્યારે ખોરાક પૌષ્ટિક છતાં ઘણીજ થોડી જગા રોકે તેવો હોય છે. ત્યારે ત્યારે તેવા ખોરાકથી આંતરડાંને પુરતી કસરત મળતી નથી અને તેથી બધકોશ ઉત્પન્ન થાય છે. આવું નુકશાન થતું અટકાવવાની ખાતરજ કુદરતે ઘણા ખરા ખોરાકોમાં ઉપયોગી પોષણ આપનાર તત્વોની સાથે પોષણમાં નિરૂપયોગી છતાં, કદ વધારનાર અને આંતરડાને યોગ્ય રીતે ઉત્તેજીત કરી દસ્ત સાફ લાવનાર થુલું, છોડાં, રેસા, ખીચાં વિગેરે પદાર્થો ભેગેલા હોય છે. આવા પદાર્થોનો ઉપયોગ નહિ સમજનાર અજ્ઞાન મનુષ્યો દોઢ ડાહ્યા થઇ કુદરતની માની લીધેલી ભુલ

સુધારવાનો મિથ્યા પ્રયત્ન કરે છે; અને તે રીતે ઘઉંમાંથી થુલી, કેરીના રસમાંથી રેસા, સફરજન, જામફળ, બદામ, વિગેરે-ફળો ઉપરથી બારિક છાલ, અને કેટલાંક દ્રાક્ષ દાડમ જેવાં ફળમાંથી બીયાં કાઢી નાંખવાની મુર્ખાઇ કરે છે. અને તેથી પરિણામમાં બંધકોશના ભોગ થઇ પડે છે. ઘઉંમાંથી થુલી કાઢી નાંખવાથી જે બહુ સફેદ મેંદો રહે છે તે ખાવાથી પેટમાં ચોંટી રહી બંધકોશ કરે છે એ વાત ઘણા લોકો સમજતા થયા છે એ એક સંતોષની વાત છે, છતાં પણ મુંબાઇ જેવાં શહેરોમાં અને માત્ર દેખાવની શોભા ઉપર મોહી પડનાર લોકોના ઘરમાં હજુ આટાની મીલમાં દળાએલો થુલી વગરનો સફેદ લોટ બહુ વપરાય છે એ દિલગીરીની વાત છે. વળી હાલની નવીન શોધખોળથી એ નિર્વિવાદ રીતે સાબિત કરવામાં આવ્યું છે કે આવા ખોરાકના પદાર્થોના થુલા, રેસા, છાલ, બીયાં વિગેરેમાં કેટલાંક સકરણ ખનીજ દ્રવ્યો (Organic minerals) હોય છે. આ દ્રવ્યો વડેજ દાંત, વાળ, નખ વિગેરે પોષાય છે. શરીરને આવાં દ્રવ્યોની અનિવાર્ય અગત્ય દરરોજ પડે છે. જ્યારે આવાં ઉપયોગી સકરણ ખનીજ દ્રવ્યોવાળાં છોલાં, થુલું, ફળ ઉપરની બારિક છાલ, બીયાં વિગેરે ફેંકી દેવામાં આવે છે ત્યારે દાંત વાળ વિગેરેને પોષણના પદાર્થો મળતા નથી, અને તેથી દાંત નિર્બળ થઇ વહેલા પડી જાય છે, વાળ સફેદ થઈ જાય છે, અને શરીરને આવાં ઉપયોગી દ્રવ્યો નહિ મળવાથી બીજા પણ કેટલાંક દરદો પેદા થાય છે. આવાં ખનીજ દ્રવ્યો ' કૅમીકલ ' એટલે રસાયણીક રૂપમાં અથવા દવા તરીકે લેવાથી શરીરની ખોટ બિલકુલ પુરાતી નથી; કારણ રસાયણીક દ્રવ્યો ' ઇન ઑરગૅનીક ' અથવા અકરણ રૂપમાં હોય છે, જ્યારે અનાજ ? ફળમાં રહેલાં તેજ તત્વો ' ઑરગૅનીક ' એટલે સકરણ રૂપમાં હોય છે. અને પ્રા- અને મનુષ્યોનાં શરીર માત્ર ' ઑરગૅનીક ' દ્રવ્યોનોજ ઉપયોગ કરી શકે છે. આ ટુંક વિવેચનથી સ્પષ્ટ સમજાય છે કે ખોરાકમાંથી થુલું વિગેરે કાઢી નાંખવાથી બંધકોશ થાય છે એટલું જ નહિ પણ દાંત, વાળ વિગેરેને જોઇતું પોષણ પણ મળી શકતું નથી.

હવે ચોથું કારણ જે બંધકોશ કરનાર પીવાના તથા ખાવાના પદાર્થો અને દવાઓ તે સંબંધમાં જણાવવાનું કે ચા, કૉફી, તમાકુ વિગેરે પદાર્થો દરરોજ વાપરનાર મનુષ્યો તેવા પદાર્થો દસ્ત સાફ લાવનાર છે એમ માને છે, પરંતુ તેવા સર્વ પદાર્થો ઉલટા દસ્તને કબજ કરનાર જ છે એમ અસંખ્ય વિદ્વાન ડૉક્ટરોનું માનવું છે. તેવીજ રીતે અફીણની બનાવટો, સીસામાંથી બનતા ક્ષારો, અને લોહની અનેક જાતની દવાઓ ઝાડાને કબજ કરે છે.

પાંચમાં કારણ વિષે બહુ વિવેચન કરવાની જરૂર નથી. કેટલાએક વ્યાધિઓમાં અને બેઠે બેઠે કામ કરવાના ધંધાવાળા ઘણા મનુષ્યોમાં બંધકોશને ઘર ઘાલી અડંગા નાંખવા ઠીક ફાવે છે.

હવે આ રોગના ઉપાય સંબંધિ વિવેચન કરતાં આરંભમાંજ જણાવવાની જરૂર છે કે જો આ દરદને મૂળમાંથી જ નાબુદ કરી જાયુનો લાભ મેળવવો હોય તો ઉપરનાં જે જે કારણોથી આ વ્યાધિ ઉત્પન્ન થયો હોય કે ચાલુ રહ્યો હોય તે તે સર્વ કારણોને એકદમ દૂર કરવાં જોઇએ. જો અસાહાર અથવા અકરાંતીયાપણાથી આ વ્યાધિ

થયો હોય તો, મસાલા ખાવાનુ છોડી દેઇ સાદો, કારણ ખોરાક ખૂબ ચાવીને જરૂર પુરતા પ્રમાણમાજ ખાવાની ટેવ પાડવી જો બહુજ થોડા પ્રમાણમા ખોરાક ખાવાથી આંતરડા ખાલી પડવાથી નિર્બળ બની ગયાં હોય તો જોઇયે તેટલા પોષણવાળો છતા બહુ જગા રોકે તેવો ખોરાક ભાત, કાકડી, સક્કરજન, ધાણી, મમરા વિગેરે પણ બીજા ખોરાકની સાથે ખાવામા લેવા આપણા આંતરડાની લંબાઇ લગભગ તેત્રીસ ફુટ હોય છે અને તેથી આવા મોટા આંતરડા યોગ્ય પ્રમાણમા ભરાવા માટે ઉપર લખ્યા તેની જાતના પોચા પદાર્થો પણ ખાવાની જરૂર છે ઉપર લખેલા ત્રીજા કારણથી જો બંધકોશનો વ્યાધિ લાગુ પડ્યો હોય તો થુલીવાળા લોટની ભાખરી, તાંદળજો, મેથી વિગેરેની ભાજી, કોબી, કાંદા વિગેરેનુ શાક, લીંબુનો રસ, અને લીલા તથા સુકા ફળ ખાવામા લેવા સક્કરજલ, જામફળ, લીલી દ્રાક્ષ, બદામ વિગેરે ફળની ઝીણી છાલ ફોલીને કાઢી નહિ નાખતા બરાબર ચાવીને ખાવા જો ચા, કોફી, તમાકુ વિગેરે પીવાથી બંધકોશ થયો હોય તો આવી હાનીકારક ચીજોનો ઉપયોગ એકદમ બંધ કરી દેવો કારણ આવી ચીજોમા "ટેનીન" વિગેરે ઝેરી તત્વો હોય છે, અને જે તત્વો કેટલીક વાર દવા તરીકે ઝાડો બંધ એટલે કબજ કરવા માટે વપરાય છે. હવે જો છેલ્લા જણાવેલા કારણથી બંધકોશ થયો હોય તો, અર્થાત્ શારીરિક અને ખાસ કરીને આંતરડા અને પેટના સ્નાયુઓની નબળાઇને લીધે આ દરદ થયુ હોય તો, શરીરનુ સામાન્ય આરોગ્ય સુધરે તેવા અને ખાસ કરીને પેટના સ્નાયુઓ બળવાન થાય તેવા ઉપાયો લેવા* આ હેતુ પાર પાડવા માટે ઘણા સાધનો કામે લગાડી શકાય દરરોજ સ્નાન કરતી વખતે પેટ ઉપર થંડા પાણીની ધાર કરતા જઇ પેટ ઉપર ખૂબ મર્દન કરતા જવુ આવી રીતે પાંચ છ લોટા થંડા પાણીની ધાર પટપર કરવી શરીરનો નિયમ એવો છે કે જે ભાગપર થંડુ પાણી પડે છે તે ભાગ તરફ લોહી વધારે પ્રમાણમા જાય છે, અને તે તે ભાગ તેટલા પ્રમાણમા વધારે પોષાય છે વળી ખોરાકને પચાવનાર રસને ઉત્પન્ન કરનાર અવયવો પણ તેજ ભાગમાં હોવાથી ત્યા વધારે લોહી ફરવાથી તેમા તેવા રસ વધારે ઉત્પન્ન થાય છે તેથી પાચનશક્તિ સુધારવા ઉપરાંત બંધકોશ નાબુદ થાય છે વળી પેટ ઉપર મર્દન થવાથી જામી ગયેલો મળ છુટો પડી ઝાડાવાટે શરીરની બહાર નિકળી જઇ બંધકોશ ઓછો કરે છે આ વિના પણ આ ક્રિયાના બીજા કેટલાક લાભ છે જે અત્ર લંબાણ થવાના ભયથી લખ્યા નથી વિધિપૂર્વક ઉંડા શ્વાસપ્રશ્વાસ લેવાથી પણ સારો ફાયદો થવા સંભવ છે આંતરડામા ઘણા લાંબા વખતથી જામી ગયેલો મળ કાઢી નાખી તાત્કાળીક લાભ મેળવવા માટે બસ્તીની ક્રિયા અર્થાત્ 'એનીમા કે ' ડુશ વડે આંતરડાને પાણી વડે ધોઇ નાખવાની રીતથી ઘણોજ લાભ તરતને માટે થાય છે પરંતુ આ ઉપાય બંધકોશને મુળમાથી નિર્મૂળ કરી શકતો નથી કાયમનો લાભ મેળવવા માટે તો અગાઉ વર્ણવેલા ઉપાયજ કરવાની ખાસ જરૂર છે

અંતમા માત્ર એકજ વાત લખવાની બાકી રહે છે અને તે વાત જુલાબ માટે

*પેટના સ્નાયુઓ અને આંતરડા બળવાન બની બંધકોશનો વ્યાધિ હમેશને માટે દૂર થાય તેવી કેટલીક સાદી અને અકસીર કસરતો ઘરમા થઈ શકે તેવી છે, પરંતુ સ્થળ સંકોચને લીધે તે અત્ર વર્ણવી શકાય તેમ નથી

વપરાતી અનેક જાતની દવાઓ વિષે છે. જ્યારે જ્યારે ઉપર વર્ણવેલા કુદરતી ઉપાયોને છોડી આપણે જુલાબની દવાઓનો ઉપયોગ કરીયે છીયે, ત્યારે ત્યારે આપણે કુદરતના ઇશ્વરકૃત કાયદાઓનો ભંગ કરી ગુન્હેગાર બનીયે છીયે. અયોગ્ય વર્તનથી રોગ થાય ત્યારે વધારે આડા ચાલી વધારે ગુન્હા કરવાથી આપણે દુઃખ મુક્ત થઇ ઇશ્વિરને પણ ઠગી શકીશું એવી આશા રાખવી એ અજ્ઞાનની પરિસીમા છે. દવાઓ વાપરનારા પોતાનું આવા પ્રકારનું અજ્ઞાનજ પ્રદર્શિત કરે છે. કૅલોમલ અને મરક્યુરી એટલે પારાની બીજી બનાવટો, એન્ટીમની અને બીજા કેટલાક ખનીજ પદાર્થો, તેમજ આંતરડાંમાં દાહ ઉત્પન્ન કરી, બીજું પણ ઘણું નુકશાન કરનાર ઝેરી વનસ્પતિમાંથી બનતી દવાઓ જેવી કે, નેપાળો, સોનામુખી, રૂબાર્બ, ક્રોટનઓઇલ, ગૅમબોજ, ઇલેટેરીયમ, એળીયો, કેસ્ટર ઓઇલ અથવા દિવેલ, મેગ્નેશીયા, સલ્ફેટ ઑફ્ સોડા, પૉટેશીયમ સોલ્ટ્સ વિગેરે વિગેરે સર્વ દવાઓ ઝેરી હોવાથી પ્રથમ તો મુખ અને હોજરીજ તેને બહાર કાઢી નાંખવા પ્રયત્ન કરે છે. પરંતુ જ્યારે તેમ કરવામાં તેઓ નિષ્ફળ નિવડે છે ત્યારે, શરીરમાં રહેલી દૈવી સંરક્ષક શક્તિ ઝાડા વાટે આવાં વિષ અથવા ઝેરને કાઢી નાંખવાનો છેલ્લો રાક્ષસી પ્રયત્ન આદરે છે. આવી દવાઓથી હોજરી અને આંતરડાંની નાજુક ચામડી ઉપર દાહ થઈ સોજો આવવા જેવું થાય છે, જેને લીધે જુલાબ લેનારને પેટમાં ચૂંક આવતી હોય તેવી પીડા થાય છે. આ રીતે વધુ નુકશાન થતું અટકાવવા માટે દૈવી શરીર સંરક્ષક સત્તા જીવનના આધારરૂપ લોહીમાંથી "સીરમ" નામનો ઘટ ચીકણો પ્રવાહી પદાર્થ આંતરડાંમાં રેડી આવી ઝેરી દવાઓને તે વડે ઢાંકી દેવાનો પ્રયત્ન કરે છે, અને અંતે તેવાં ઝેરોને ઝાડા વાટે શરીરમાંથી કાઢી નાંખે છે. જુલાબ તરીકે વપરાતી દવાઓ જેટલા પ્રમાણમાં વધારે ઝેરી હોય છે, તેટલા પ્રમાણમાં શરીરના લોહીમાંથી વધારે "સીરમ" ખેંચાઇને આંતરડાંમાં આવે છે, અને તેથી તેવી દવાથી વધારે જુલાબ થાય છે, અને તેટલાજ વધારે પ્રમાણમાં તેવી દવાથી શરીરને વધારે નુકશાન થાય છે. કારણ લોહીમાંથી ઉપર કહ્યો તેવો "સીરમ" નામનો બહુ ઉપયોગી પદાર્થ નિકળી જવાથી, અને આવી જુલાબની ઝેરી દવાઓને શરીરમાંથી કાઢી નાખવાનો પ્રયત્ન કરવામા શરીરનું બળ ઘણાજ મોટા પ્રમાણમાં ખરચાઇ જાય છે. તંદુરસ્ત મનુષ્યોને પણ આવી દવાઓનો જુલાબ લેવાથી શરીરમાં અશક્તિ આવેલી જણાય છે, તો પછી માંદાં અને રોગી માણસોને તો તેવી દવાઓથી ઘણું વધારે નુકશાન થાય એમાં શી નવાઇ?! વીસમી સદીના આ કહેવાતા બહુ સુધરેલા જમાનામાં કેળવાયલા લોકો પોતાનાં શરીરો સાફ કરવાનો હેતુથી આવાં જુલાબની દવાઓના નામથી ઓળખાતાં ઝેરો પોતાના પેટમાં બેજ બેજ નાંખે અને તેમ કરતાં જરા પણ આંચકો ન ખાય, એટલુંજ નહિ પણ તેવાં ઝેરો પૈસા આપી ખરીદે એ તો અજ્ઞાનની પરમાવધિ?! જો કોઇ અન્ય ગ્રહ ઉપગ્રહ ઉપરનો વસનાર આપણી પૃથ્વિ પર આવી આપણા આવા વર્તન ઉપરથી આપણા "સુધારા" અને જ્ઞાન (Enlightenment) ની વ્યાખ્યા બાંધે તો તે કેવી સારી દેખાય!! પ્રભો! આપનાં બાળકોને સદ્દમાર્ગ બતાવો!! અસ્તુ!



माखीथी संभाळजो!

(લેખક; ડૉ. હરગોવિંદદાસ પી. તલાટી એલ. એમ એસ.)

માખી વરસની ગરમ ઋતુમાં ઘણી વધે છે. અને ગંદવાડના ચોગાનમાં, તબેલાના ખાતરમાં, જાજરૂની ગંધમાં, તથા રસોડાના એંઠવાડમાં પુષ્કળ માલુમ પડે છે. આ સઘળી જાતની ગંદકી ઉપર તેનું જીવન છે; ક્ષયના દરદીઓના ગળફા ઉપર તેમજ મનુષ્ય તથા પ્રાણીઓના ઘા ઉપર તે બેસે છે.

આની રીતે તે જ્યાં બેસે છે ત્યાંથી દરેક જાતની દુર્ગંધ પોતાની સાથે ખેંચી જાય છે, અને તેના ઉપર હજારો જાતનાં ભયાનક પ્રાણઘાતક સૂક્ષ્મ જંતુઓ વળગેલા હોય છે; દાખલા તરીકે તેના ઉપર ક્ષયના સૂક્ષ્મ જંતુઓ હોય, તેમજ ટાઈફોઈડ તથા બીજી જાતના તાવના પણ જંતુઓ હોય છે.

તેને એક ઠેકાણેથી બીજે ઠેકાણે ઉડવાની ઘણી ટેવ છે. જાજરૂમાંથી ઉડી એકદમ તાજા દુધ ઉપર આવી બેસે છે; ગંદવાડના ચોગાનમાંથી આપણા ભાણામાં આવી બેસે છે; ક્ષયવાળા દરદીના ગળફા ઉપરથી ઉડી નાનાં બાળકોની દુધની શીશી ઉપર આવી જાય છે. ઉચ્છિષ્ટ ઉપરથી દોડી નાના બાળકોના મ્હોં ઉપર બેસે છે, અને મડદા ઉપરથી તાજાં ફળ ઉપર આવી બેસે છે. માટે

"માખીથી દૂર રહો."

તમારાં બારી બારણાને પડદા લગાડો.

જાજરૂમાં ઘણી માખી પેસ નિકળ કરી શકે નહિ તેવી સંભાળ રાખો. જમવાનાં પાત્ર ઢાંકેલા રાખો.

ખાતર વિગેરે એવી જગાએ રાખો કે ત્યાં માખીઓ જઈ શકે નહિ, અને તેને વખતોવખત બ્હાર કાઢો.

ઉચ્છિષ્ટ ઢાકણાવાળા વાસણમાં રાખી, ઢાંકણું મજબુત વાસો.

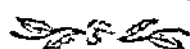
ઘરની આસપાસ ગંદકી ને કચરો ન રહેવા દો, એટલે માખીઓ વધશે નહિ.

માખીનાં ઈંડાંનો નાશ કરવા ખાળ વિગેરેમાં થોડું કેરોસીન ઓઈલ (ઘાસતેલ) નાંખો.

જ્યાં કોઈ જાતની ગંદકી ન હોય ત્યાં માખીઓ પેદા થતી નથી. ટુંકામાં—

માખીથી સંભાળજો.

મેડીકલ રીવ્યુ ઑફ રીવ્યુઝ



वैद्यकीय विनोद.

(લેખક:—હરગોવિંદદાસ પુરુષોત્તમદાસ તલાટી એલ. એમ એસ.)

A little nonsense now & then is relished by the wisest men.

૧. એક વૈદે પોતાના દરદીની સ્થિતિ વિશે માહિતગાર થવા તેના એક સગાને પુછ્યું

"ભાઇ, મારા દરદીને આજે કેમ ઠીક છે ને ?" મેં તેને આજે બહુ સારી ટાઢી દવા આપી હતી."

"વૈદરાજ; અહોહો ! બહુ સારૂં થઇ ગયું છે" તમારા દરદીનું શરીર એવું તો ટા-આ-આ-ઢું થઇ ગયું છે કે હવે તેને કોઇ દિવસ ગરમી ઉપડશેજ નહીં." વૈદરાજ સમજી ગયા કે હવે દરદીનું મ્હોં જોવાનું નથી.

૨. "અરે કનૈયાલાલ !" તું વારે વારે દાકતરના બીલની કેમ બુમ માર્યા કરે છે !" "જ્યારે તું ખાટલામાં હતો ત્યારે તો મને વાત કરતો હતો કે આ ફેરે જો દાકતર સાહેબ મને મટાડે તો હું તેમને સો રૂપીઆ ઇનામ આપું."

"અરે ભાઇ રામલાલ, તે વાતચિત તો હું ખાટલામાં હતો અને બિલકુલ ઉઠાતું નહોતું ત્યારની કેની ?"

ગરજ સરી અને વૈદ વૈરી.

૩. એક પુરૂષ પોતાની સ્ત્રીને કહે છે "વારૂ મને એક વાતની ચોકસ ખાતરી થઇ તે એકે તને હૃદય (heart) નથી"

"અરે મને હવેજ સમજણ પડી" મગજ (brain) વગરના માણસો શારીરિક ન વિષે શું જાણી શકે ?"

दुधविषे जाणवाजोग नोंध.

(લેખકઃ-હરગોવિંદદાસ પી. તલાટી એલ. એમ, એસ.)

દુધ કુદરતના નિયમો પ્રમાણે આબેહુબ ખોરાક છે. જુદી જુદી જાતનાં પાળેલાં જાનવરોનું દુધ મનુષ્ય જાત ખોરાક તરીકે વાપરે છે. બીજાં બધાં જાનવરો કરતાં ગાય અને ભેંસનું દુધ મુખ્યત્વે કરીને વધારે વપરાય છે; કારણકે તે ઉત્તમ અને ઘણું ઉપયોગી છે.

તાજું દોહેલું દુધ સફેત અપારદર્શક અને ગળ્યા સ્વાદનું છે. દુધમાં અમુક જાતની વાસ છે. જે થોડા વખત પછી જતી રહે છે. આ વાત "સ્રીનર" ના માનવા પ્રમાણે "સલ્ફ્યુરેટેડ હાઇડ્રોજન" ને લીધે છે.

ગાય, ભેંસ ગધેડી તથા બકરાંના દુધમાં સહેજસાજ ફેરફાર હોય છે. આમ હોવાથી એક જાતના જાનવરના બચ્ચાંને બીજી જાતના જાનવરનું દુધ જોઇએ તેવું માફક આવતું નથી મનુષ્ય વર્ગમાં પણ તેમજ છે. બાળક પોતાની માના ધાવણ ઉપર અગર સારી ધાવના ધાવણ ઉપર સારી રીતે ઉછરે છે, પણ ગાયના અગર બકરાંના દુધ ઉપર તેવી સારી રીતે ઉછરી શકતાં નથી.

જુદી જુદી જાતનાં જાનવરોના દુધમાં કયા કયા પદાર્થો કેટલા કેટલા પ્રમાણમાં છે તે નીચેના કોઠા ઉપરથી સમજાશે.

	ગાયનું દુધ.	ગધેડીનું દુધ.	ઘેટીનું દુધ.	સ્રીનું ધાવણ (વીન્ટર બ્લીથ)	
			સેકડે ટકા		
મલાઇ	૩ ૫	૧.૨	૪.૨	૨.૯૦	
કેઝીન, પોષકદ્રવ્ય વિગેરે	૪ ૯૨	૧.૮૯	૭.૭૦	૩ ૦૭	(૩.૦૭)
ખાંડ	.૪	૫.૫૦	૪ ૦	૫ ૮૭	
ક્ષાર	.૭૦	૪૨	.૫૬	.૧૬	
પાણી.	૮૬.૮૮	૯૧.૬૫	૮૭.૫૪	૮૮	

આ સિવાય દુધમા ઘણાજ થોડા પ્રમાણમા કાર્બોનિક એસીડ, સ'લ્ફુરેટેડ હાઇડ્રોજન તથા ઓક્સીજન અને નાઇટ્રોજન પણ છે અને કોઇ કોઇ વખત લેક્ટોક્રોમ (રંગનાખો પદાર્થ) પણ માલમ પડે છે.

ઉપરના કોઠા ઉપરથી જણાય છે કે ગાયના દુધમા મલાઇ તથા બીજું પોષક દ્રવ્ય સ્રીના ધાવણ કરતા ઘણા મોટા પ્રમાણમા છે તથા ખાંડ ઘણી ઓછી છે. આ બિના મા વગરના છોકરાને ફક્ત ગાયના દુધ ઉપર રાખવામા આવે છે ત્યારે ખાસ લક્ષમાં રાખવા જેવી છે.

દુધના ઉપર બતાવેલ પૃથક્કરણથી જણાશે કે મનુષ્ય માટે તે આબેહુબ ઉત્તમ પ્રવાહી ખોરાક છે. જેમા મલાઇ તથા પોષક દ્રવ્ય શરીરને જોઇતા પ્રમાણમાં છે અને ક્ષાર તથા પાણીનો ભાગ પણ કુદરતી રીતે જોઇએ તેટલોજ છે

ઉપરના કોઠામા દરેક દ્રવ્યનું પ્રમાણ જે બતાવવામા આવ્યુ છે તે પ્રમાણ હમેશ તેજ ગાય, ભેસ કે ગધેડીના દુધમા જોવામા આવતુ નથી. અર્થાત્ તેમા વખતો વખત ફેરફાર થાય છે. જુદી જુદી જાતની ગાયો અને ભેસોના દુધમા દરેક દ્રવ્યના પ્રમાણમાં ફેરફાર હોય છે, તેમજ એકજ ગાય અગર ભેસના દુધમા જુદે જુદે વખતે દ્રવ્યોના પ્રમાણમા ફેરફાર થાય છે જાનવરની ઉમર, તેમને અપાતો ખોરાક તથા તેમની તંદુરસ્તી અને માવજત ઉપર આ ફેરફારનો મુખ્ય આધાર છે વળી જ્યારે જાનવર વાયેલુ હોય છે અગર ગર્ભવતુ હોય છે ત્યારે પણ તેના દુધના જુદા જુદા દ્રવ્યોના પ્રમાણમાં ફેરફાર માલમ પડે છે.

જે ભાગમા દુધ લેવા લોકો ગવલીને ઘેર જાય છે અને ત્યા બેસી દુધ દહોવાની ક્રિયા જુવે છે તેઓ સમજશે કે દુધ અમુક વાસણમા હાથ વતી દહોવાય છે અને વાસણ તદ્દન સ્વચ્છ છે કે નહી તથા આચળ અને દોહનારના હાથ દહોતા પહેલા સાફ ધોવાય છે કે નહી તેની કઇ પણ કાળજી રાખવામા આવતી નથી. જેથી કરીને વાસણમાં જે કઇ કચરો આસના ધામના તણખના હોય છે તે દુધ સાથે મળે છે વળી તેમા કોઇ વખત વાળ તથા આચળ ઉપરનો કચરો પણ આવે છે આવા કારણોને લીધે દુધનો ઉપયોગ કરતા પહેલા તેને ઘણીજ સભાળ પુર્વક ગળવાની જરૂર છે

દુધમા ઘણી જાતની હવા જલદીથી શોષાય છે, તે ઉત્તમ ખોરાક છે તેની સાથે ઘણી જાતના રોગના સૂક્ષ્મ જંતુઓને ઉછરવાનું પ્રાધાન્ય સ્થાન છે. એટલે કે જુદી જુદી જાતના રોગના સૂક્ષ્મ જંતુઓ તેમા જલદીથી પ્રવેશ કરી થોડા વખતમા ઉછરી જાય છે.

અને જેમ જેમ વખત જતો જાય તેમ તેમ તેઓનું (જંતુઓનું) પ્રમાણ વધી પડે છે. આવું દુધ ખાવાથી તેવા જંતુઓવાળો રોગ થાય એમ માનવું કાંઈ અશક્ય કહેવાય નહીં.

વળી જે જાતના જનાવરમાંથી આપણે દુધ લીધું હોય તે જનાવરની તંદુરસ્તી ઉપર પણ દુધના સારા યા ખોટાપણાનો આધાર રહે છે. દાખલા તરીકે આપણે તાજી વાયેલી ગાય અગર ભેંસનું દુધ લીધું હોય તો તેવા દુધની આપણને અસર થવાનો પુરતો સંભવ છે.

દુધ હમેશાં તાજુંજ સારૂં છે. વાસી રહેલું દુધ આપણને માંદા કરી નાંખે છે અને નાનાં છોકરાંને આપવામાં આવ્યું હોય તો તેમને ઝાડો ઉલટી વીગેરે થાય છે. નાનાં બાળકોને ઘણી વખત શુલીયું થઈ આવે છે તેનું મુખ્ય કારણ વાસી દુધજ છે. એવાં એવા દુધથી ઘણી વખત ગોળો ચઢી આવે છે.

આ પ્રમાણે દુધ વાસી રહેવાથી તેમાં ઘણો ફેરફાર થાય છે જેથી તે ઘણું નુકશાન કરે છે; વળી દુધને ગંદી જગામાં નઠારા વાસણમાં ભરી મુકવાથી તેમાં ખરાબ હવા શોષાય છે અને તેથી પણ નુકશાન થાય છે તે પણ જણાવવામાં આવ્યું છે; તેમાં હજારો જાતના સૂક્ષ્મ જંતુઓ પ્રવેશ કરે છે અને ઉછરે છે તે પણ આપણી જાણ બહાર નથી. આ સિવાય ગાય અગર ભેંસના ઘણા રોગ પણ મનુષ્યના શરીરમાં દુધને રસ્તે દાખલ થાય છે એમ માનવાને આજકાલ ઘણાં સબળ કારણો છે.

જે પાણી " ટાઇફોઇડ " વાળા દરદીના ઝાડાથી દુષિત થયેલું હોય તેવા પાણીથી દુધનાં વાસણ ધોવાય છે તો તેવાં વાસણોમાં ભરેલું દુધ પણ દુષિત થાય છે; આવું દુષિત પાણી દુધમાં ભેળસેળ તરીકે નાંખવામાં આવ્યું હોય તો પણ તે દુષિત થાય છે; વળી જે ઓરડીઓમાં દુધ રાખવામાં આવ્યું હોય તે ઓરડીના ખાળમાંની હવાને લીધે પણ "ટાઇફોઇડ" નાં જંતુઓ દુધમાં પ્રવેશ કરી શકે છે. આજ રીતે 'સ્કારલેટ ફીવર' રાતો તાવ પણ લાગુ પડે છે.

ગાયોને ક્ષયનો રોગ જલદીથી લાગુ પડે છે. વેટેરીનરી સરજનો પણ કહે છે કે સેંકડે ૨૫ ટકા ગાયોને આ રોગ હોય છે. આવી ગાયોને મોટા શહેરોમાં રાત્રી દિવસ ખરાબ હવા વગરના તબેલામાં રાખવામાં આવે છે અને તેમનું દુધ પુષ્કળ લેવામાં આવે છે. ત્યારે આવી ગાયોનું દુધ ક્ષય ઉત્પન્ન કરે એ અશક્ય લેખાય નહી. આ સિવાય બીજા કેટલાક રોગ જાનવરને થાય છે જે દુધની વાટે મનુષ્યને લાગુ પડે છે.

પાચન ક્રિયામાં દુધનું શું થાય છે તેનો વિચાર કરીએ. આ ક્રિયામાં દુધ જ્યારે જઠર રસ સાથે મળે છે ત્યારે તેનું દહીં થઇ જઈ વલોવાય છે. જેથી કરી તેમાંની મલાઇ તથા કેઝીન નામનું દ્રવ્ય છુટું થઇ, આલ્બ્યુમીન અને ક્ષાર વિગેરે પાણી સાથે ભળી છાસ માફક થાય છે. સ્ત્રીના ધાવણનુ દહીં બહુ પોચું થાય છે જે જલદીથી પચી શકે છે અને બીજા દુધના દહીંનાં કોકડાં થાય છે જે પચવામાં ઘણો વખત લેછે. આજ કારણથી નાનાં છોકરાંને માના ધાવણ ઉપર રાખવાં એ વધારે સારૂં છે. કારણકે તેમને ગાયનું દુધ અપાય છે તો તે પચી શકતું નથી. અજીર્ણ, પેટનો ચઢાવો તથા ઝાડો વિગેરે થાયછે. ઘોડી તથા ગધેડીનું દુધ સ્ત્રીના ધાવણને મળતું આવે છે અને તેનું દહીં સ્ત્રીના ધાવણના દહીંની માફક પોચું અને જલદીથી પચી શકે એવું થાય છે.

કેટલાક માણસોની પ્રકૃતીજ એવી હોય છે કે તેમને દુધ બિલકુલ માફક આવતું નથી. અને દુધનો ઉપયોગ કરતાંજ તેમને પેટમાં શુળ, અજીરણ અને ઝાડા વિગેરે થાય છે. આવાં માણસો માટે દુધમાં જરા છાસ નાખી, દહીં બનાવી, વલોવી નાંખીને મઠો બનાવવામાં આવે અને પછી તેમાં સહેજ મીઠું તથા મરી નાંખી ઉપયોગમાં લેવામાં આવે તો તે જલદીથી પચી શકે છે. કારણ કે દુધને પચાવવાની જઠરને મહેનત રહેતી નથી.

દુધને એક વાસણમાં ખાલી થોડો વખત રાખવામાં આવે તો તેમાંની મલાઇ ઘણી ખરી ઉપર આવી જાય છે. આ નિયમનો લાભ લઇ દુધ વેચનારાઓ ઉપર ઉપરનો મલાઇનો ઘણો ભાગ કાઢી લઈ બાકીનું દુધ વેચે છે.

આગળ બતાવેલા રોગોમાંથી બચવા માટે તથા દુધ થોડો વખત રહે અને તેમાં સૂક્ષ્મ જંતુઓનું શોષણ થયું હોય એમ સંભવ હોય ત્યારે દુધને ગરમ કરીને વાપરવું એ ઉત્તમ ઉપાય છે. પાંચ સાત મીનીટ ગરમ કરવાથી દરેક જાતના રોગના જંતુઓ ઘણું ખરૂં મરી જાય છે અને સાધારણ રીતે દુધ ચોખ્ખુ થામ છે. પણ તાજા દુધમાં જે વાસ સ્વાદ અને બીજા ગુણ હોય છે તેમાં દુધની સાથે મળેલી કેટલીક હવાને લીધે ફેરફાર થાય છે. જો આપણને કંઇ વહેમજ પડે કે દુધ અમુક જાતના રોગના જંતુથી દુષિત થયેલું છે તો દુધને ઉકાળવા સીવાય બીજો રસ્તોજ નથી. દુધને ગરમ કરવાથી તેનો પોષણ કરવાનો ગુણ કોઇ રીતે ઓછો થતો નથી. જેથી ખોરાક તરીકેના તેના ઉપયોગમાં કાંઈ હરકત આવતી નથી.

બીજા પદાર્થોની માફક દુધમાં પણ ભેળસેળ થાય છે. તાજું દુધ હોય તેમાં થોડો પાણીનો ભાગ નાંખી તે ખરા દુધ તરીકે પસાર કરવામાં આવે છે. વળી આજકાલ તો મલાઇ કાઢી લીધેલું દુધ જે ' સેપરેટ ' કહેવાય છે તે બજારમાં ચોખા દુધ તરીકે છુટથી વેચાય છે. વળી ' સેપરેટ ' ને ગરમ કરી તેમાં થોડી ખાંડ નાખી તે પણ સારા દુધ તરીકે ખપાવવામાં આવે છે. આમ ખાંડ નાંખવાનો હેતુ દુધની કુદરતી " સ્પેસીફીક ગ્રેવીટી " લાવવાનો હોય છે. વળી જ્યારે દુધમાંથી મલાઇ કાઢી લેવાય છે ત્યારે ' સેપરેટ ' નો રંગ બદલાય છે અને દુધ પાતળું પડે છે. આ ખોડ સુધારવાને તેમાં રંગનો આભાસ દેવાય છે અને તેને ઘટ્ટ બનાવવાને તેમાં સહજ શીંગોડાનો લોટ નાંખી તેને ગરમ કરવામાં આવે છે. છેવટ કંઇ ભેળભેળ નહી કરે તો દુધને થોડો વખત રાખી ઉપર ઉપરનું દુધ જેમાં મલાઈ ઘણી હોય છે તે કાઢી લઈ બાકીનું દુધ વેચવામાં આવે છે.

દુધની પરીક્ષા કરવાનું કામ કઠણ છે. ચોખ્ખું દુધ સફેત અને કોઇપણ વિપરીત વાસ વગરનું તથા ગળ્યું હોય છે. દુધનું પૃથક્કરણ કરી તેમાં કયાં કયાં દ્રવ્યો પુરતા પ્રમાણમાં છે તે જાણવાથી તેની ખરી પરીક્ષા થાય છે. આ દેશમાં અમુક દુધના જથાનો કેટલો માવો થાય છે તે ઉપરજ દુધના સારા યા હલકાપણાનો આધાર છે. પશ્ચિમના દેશોમાં તેને માટે ખાસ યંત્રો હોય છે, "ક્રીમોમીટર" નામનું યંત્ર છે જે વડે દુધમાં કેટલી મલાઇ છે તે જાણી શકાય છે. આ યંત્ર સાદુ છે, પણ તેના ઉપર વધારે ભરૂસો રાખી શકાય તેવું નથી બીજું યંત્ર લેક્ટોમીટર છે જે વડે દુધની 'સ્પેસીફીક ગ્રેવીટી' જોવાય છે આ યંત્ર પણ બહુ ભરોસાપાત્ર નથી; કારણકે દુધમાથી થોડી મલાઇ કાઢી લઇને તેમાં

સોઈ સર્વથા પથ્ય હૈં, અગ્નિ જગાવનહાર;
રસન કંઠ શોધનકરન, જ્વરહર હિતકર સાર. ૨૧.
રક્તોપિત્ત વ્રણ કુષ્ટકોં, જો કોઉ રોગી હોય;
ગ્રીષ્મ શરદ રૂતમેં કભી, સેવન કરહુ ન કોય. ૨૨.

(લીંડીપીપર–નામ–ગુણ.)

કૃષ્ણા વૈદેહી કણા, ચપલા કોલા નામ;
ઉપકુલ્યા પુનિ માગધી, ઉપણા શૌંડી ઠામ;
તિક્ષ્ણ તંડુલા પિપ્પલી, યહ બિધ દ્વાદશ નામ;
દીપન વૃષ્ય રૂ મધુર હૈં, પાક રસાયનિ કામ. ૨૩.
કટુક અનુષ્ણા સ્નિગ્ધ હૈં, વાત શ્લેષ્મહર જાન,
લઘુ અરૂ રેચક પિપ્પલી, કાસ શ્વાસહર માન. ૨૪.
ઉદર વ્યાધી જ્વર કુષ્ટ અરૂ, ગુલ્મ અર્શ પ્લિહ શૂલ;
આમ વાયુ પરમા મિટૈ, ઇન સબપર અનુકૂલ. ૨૫.
લીલી કફપ્રદ પિપ્પલી, સ્નિગ્ધ મધુર ગુરૂ શીત;
પિત્તપ્રકોપિની શુષ્કહૈં, અસ બિધ ગુન સુન મિત્ત. ૨૬
મધયુત સેવે પિપ્પલી, હરે મેદ કફરોગ;
કાસ શ્વાસ જ્વર બલ કટૈં, હરૈ વાયુ સયોગ. ૨૭.
જીરન જ્વરકી વ્યાધિપૈં, ગુડ અરૂ પિપ્પલીયોગ;
તિનતૈં કાસ અજીર્ણ કૃમિ, અરૂચિ શ્વાસ કફરોગ. ૨૮.
પાંડુરોગ મિટ જાત હૈં, પૂરન કહ્યો પ્રયોગ;

(મરીનાં–નામ–ગુણ.)

કૃષ્ણ ઉપણ વેલ્લજ મરિચ, ધર્મપત્તન અભિરામ;
કટુ તીક્ષ્ણ દીપનકરન, કફ વાયુજિત આમ. ૨૯.
ઉષ્ણ પિત્તકર રૂક્ષહૈં, શ્વાસ શૂલ કૃમિહારિ;
લીલે પાકમેં મધુર હૈં; નહી ગરમ હૈંભારિ. ૩૦.
કફ બલ તાહન પિતહરન, તિકતકગુન અભિરામ;
ઇતને ગુનહૈં મરિચમૈં, જાનલેહુ ગુન ગ્રામ. ૩૧.

(ત્રિકટુ–લક્ષણ–ગુણ.)

સૂંઠ મરિચ અરૂ પિપ્પલી , મિશ્રિત ત્રિકટૂજાન;
કટુત્રિક ત્રિકટુ ત્ર્યુષણ અરૂ, વ્યોષ નામ પરમાન. ૩૨.
કાસ શ્વાસ કફ ગુલ્મહર, મેહ મેદ મલભેદ;
શ્લીપદ પીનસ હરતહૈં, ગુનદીપન કહુ વેદ. ૩૩.

(પીપળીમૂળ–નામ–ગુણ.)

ચટકાશિર ગ્રંથિક અરૂ, ઉપણ પિપ્પલીમૂલ,
દીપનપાચન ઉષ્ણકટુ, લઘુ સર રૂક્ષનુકૂલ. ૩૪.

મલભેદક કફવાતહર, પ્લીહ ગુલ્મ કૃમિ શ્વાસ;
ઉદર વાયુ ક્ષય બાસકોં, કરત વ્યાધિકો નાસ. ૩૫.
દીપન પાચન યાહિતેં, પિત્ત પ્રગટ કર દેત;
હર્ષદ ચાહત સતત ઉર, બસ્ મૂલ સંકેત. ૩૬.

(ચતુરૂષ્ણ-ગુણ.)

પીપળ પીપરીમૂલ અરૂ, સુંઠ મિરચ યહ ચારિ;
યહ મિશ્રિતકું કહતહૈં, ચતુરૂષણ હિતકારિ. ૩૭.
ચુરૂપણકે સુગુનહૈ, નિશ્ચય ત્રિકટુ સમાન;
સમતેં ગુન ભગવંતકો, સકલ સૃષ્ટીકો પ્રાન. ૩૮.

(ચવક-નામ-ગુણ.)

ઉપણા ચવિકા ચવ્ય યહ, ત્રય બિધ ચવકે નામ;
અંચિક સમગુન તાહિમેં, કહત ગ્રંથ અભિરામ. ૩૯.

(ગજપીપલ-નામ-ગુણ)

કપિવલ્લી શ્રેયસિ વસિર, કોલવલ્લી યહનામ,
ગજપીપલ ફલચવકકો, કહત વૈદ્ય અભિરામ. ૪૦.
વન્હીવર્ધક કૃમિહરન, શમન કરન કફ વાત;
કંઠ રોગ અતિસારકી, કરત વ્યાધિકો પાત. ૪૧.
ઉષ્ણ તિક્ત દીપનકરન, વાયુહરન સુખકંદ,
કૃષ્ણ રટત કૃષ્ણા મુખે, શરદપૂર્તકો ચંદ. ૪૨.

(ચિત્રા-નામ-ગુણ)

ચિત્રક પીઠી વ્યાલ અરૂ, ઉપણ નામ યહ ચારિ;
સોઘ પાકમેં તિક્તકૈં, અગ્ની બઢાવનહારિ. ૪૩.
લઘુ રૂક્ષ અરૂ ઉષ્ણહે ગ્રહણિ કુષ્ઠહર જાન;
શોથ અર્શ કૃમિ કાસકો, શ્લેષ્મહઠાવતમાન. ૪૪.
ગ્રાહી નહિ દાહી કહ્યુ. પિત્તશમન કહુ ગાથ;
વ્યાલમથકપરનટનકિય, બ્રિજવાસી બ્રિજનાથ. ૪૫.

(પંચકોલ-લક્ષણ-ગુણ.)

સુંઠ ચવક ચિત્રક અરૂ, પીપલ પીપરી મૂલ;
યહ બિધ પંચ પદાર્થકો, પંચકોલ નહિ ભૂલ. ૪૬.
પંચકોલ રસ પાકમેં, તિક્ત રૂચીકર સાર;
તિક્ષણ ઉષ્ણ દીપન પચન, કફ વાયૂ જિત ભાર. ૪૭.
પિત્ત પ્રકોપન બરચ અરૂ, શૂલ આફરા ઔર;
ગ્રાંઠ ગંધિ દુખ ઉદરકો, રહત ન યાતેં ઠોર. ૪૮.

ષડ્ષણ-લક્ષણ-ગુણ.

ચવક રૂ ચિત્રક સુંઠ મરિ, પીપળ પીપરિમૂલ;
કરત ચૂર્ણ જબ યાહિકો, ષડુષણ નાંઉ સમૂલ. ૪૯.
યાકે ગુન લચ્છન સબહિ, પંચકોલ સમ જાન;
રૂક્ષ ગરમ ગુન યાહિતેં, હરત ઝહરકો માન. ૫૦.

(યવાન-અજમાની જાત નામ-ગુણ.)

બ્રહ્મદર્ભ અજમોદિકા, દિપ્ય દિપ્યકા નામ;
યવાનિકા ઉગ્રગંધા, યહ સિધહૈં અભિરામ; ૫૧.
પાચન રૂચિકર ઉષ્ણ અરૂ, તિક્ષ્ણ કટુક લઘુ જાન.
દીપનહૈં અરૂ તિક્તહૈં, પિત્ત પ્રગટકર માન. ૫૨.
શૂક શૂલહર વાયુ કફ, ઉદરવ્યાધિ કૃમિ ઔર;
ગુલ્મ જારલકે દરદકો, હરત મૂલતેં ઠોર. ૫૩.

(અજમોદનાં-નામ-ગુણ.)

કાખોલી દિપ્યક મયુર, બ્રહ્મકુશા અભિરામ;
અજમોદા રૂ સમન્તકા, ઔર ખરાશ્વા નામ. ૫૪.
તિક્ત કટુક અરૂ તિક્ષ્ણહૈ, દીપન કફહર વાત;
ઉષ્ણ નિદહિનિ વીર્યપદ, હદ્ય બલદ લઘુ જાત. ૫૫.
નયન પીરહર હીકહર, વમનશમન સુખકંદ;
અધોભાગકે દરદકોં, હરત કરત આનંદ. ૫૬.

(ખુરાસાની યવાન-ગુણ-નામ.)

ખુરાસાનિ અજવાનકે, ગુન યવાન સમ તૂલ;
પાચન રૂચિકર ગ્રાહિ અરૂ, અધિક ભારી નહી મૂલ. ૫૭.

(ધોળુંજીરૂં-કાળુંજીરૂં કલોંજી-નામ-ગુણ.)

જીરક જરણ અજાજી અરૂ, કણા સુગંધ પ્રમાન;
કૃષ્ણજીર ઉદ્ગારશોધન, જીરક ઉર માન. ૫૮.

(સ્યાહજીરી.)

કાલા સુપવી કાલિકા, ઉપકાલિકા અજાજી;
કુંચી ઉપકુંચી અરૂ, વૃદ્ધજિરક સુખસાજી. ૫૯.
પૃથુકૃષ્ણા ઉપકુચિકા, કારવી પૃથ્વિમાન;
સ્યામજીરી સમ નામ સબ, કલોંજીકે પરમાન. ૬૦.
તીનહિ જીરે રૂક્ષહૈં, કટુકઉષ્ણ જિયજાન;
દીપન લઘુ સંગ્રાહિ અરૂ, પંત્તિક પવિત્ર માન. ૬૧.
ગર્ભાશય શુધિકરન જ્વરહર પાચન સાર;
રૂચિકર કફહર નેત્રહિત, વીર્યબઢાવનહાર. ૬૨.
ઉદર આફરા વમન અરૂ, ગુલ્મ વાયુ અતિસાર;
તિનપર યહ સુખદાઈ હૈં, પેખહુ કરહિ બિચાર. ૬૩

(અપૂર્ણ.)



કેવી રીતે દીર્ઘાયુષી અને નિરોગી સંતતી ઉત્પન્ન થઇ શકે?

(બીજા વર્ષના પૃષ્ટ ૩૬૨ નું અનુસંધાન.)

[લેખક—તંત્રી.]

દક્ષિણ અમેરીકાના ડા. ન્યુમને લખ્યુ છે કે એક વખત એવો હતો કે જે વેળાએ અમેરિકાના લોકો ભાતભાતના રંગના ઘોડાઓ મેળવવાને અત્યંત આતુર હતા તેથી ઘોડા ઘોડીઓનો વહેપાર કરનાર વહેપારીઓ પણ ઘોડા અને ઘોડીઓના સંયોગ વખતે તેમના સામે જેવા રંગના ઘોડાની તસ્વીરો મેલતા તેવા રંગનાં ઘોડાના બચ્ચાં તે ઘોડીઓને પ્રસવ થતાં હતાં.

ગર્ભવતી સ્ત્રીએ ગર્ભ રહ્યા પછી કેવી રીતે વર્તન કરવું તે સંબંધે આપણા પ્રાચીન કાળના મહર્ષિ ભાવમિશ્રે ઘણા નિયમ બતાવેલા છે. તેમાંથી મુખ્ય નિયમનું અત્રે ટુંકમાં વર્ણન કરીએ છીએ. ગર્ભણીએ સાદો હલકો અને પૌષ્ટીક ખોરાક લેવો જોઇએ જમવાનો પણ નિયમિત વખત રાખવો. પચી શકે નહી તેવું અન્ન ખાવું નહી. તેલ કીંવા ઘીમાં તળેલા પદાર્થ, જડ પદાર્થ, મસાલાવાળા પદાર્થ, મીઠાઇ, તીખા તમતમતા પદાર્થ ખાના નહીં. દારૂ જેવા પદાર્થનું પાન કરવું નહી ઇત્યાદિ. તથા ગર્ભ ધારણ થયા પછી આનંદમાં રહેવું, શરીર સ્વચ્છ રાખવું, હલકાં અને સ્વચ્છ વસ્ત્રો પહેરવા, ગધાતા ચીતરી ચઢે તેવા ભય ઉત્પન્ન કરવાવાળા અમંગળ અને જોવાથી કંટાળો આવે તેવા પદાર્થ જોવા નહી. જે વાતથી મનને ઉદ્‌વેગ થાય એવી વાત સાભળવી નહી અને જે કામ કરવાથી અંતઃકરણમાં ત્રાસ થાય તેવું કામ કરવું નહી ગર્ભણી સ્ત્રીએ પોતાના મનને આનંદ થાય એટલા માટે મનોરંજક કથા સાભળવી, અથવા વાચવી અને તેનું મનન કરવું. યુદ્ધપ્રસંગ, શોકજનક નાટક જોવા નહી. ગર્ભવંતી સ્ત્રીઓને અનેક મનોવિકાર ઉત્પન્ન થવાનો ઘણો સંભવ હોય છે. માટે ગર્ભણીના મનના વેગનો નિગ્રહ કરવો. શોક—ક્રોધ—ભય—આનંદ—વિરહ ઇત્યાદિ મનોવિકારથી મન અત્યંત ક્ષુબ્ધ થાય છે, તેથી રક્તાભિસરણ ઇત્યાદિ શરીર વ્યાપારને કોઇ કોઇ વખત ધક્કો લાગે છે. અને કોઇ કોઇ વખત ગર્ભાશયને ધક્કો લાગી ગર્ભપાત થાય છે, માટે સર્વ મનોવિકારનો ત્યાગ કરવો.

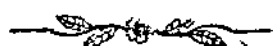
ગર્ભાવસ્થામાં સ્ત્રીઓના શરીરની તથા મનની અવસ્થામા ફેરફાર થવાથી છોકરાં કુદરતી ફેરફારવાળા થાય છે. એટલા માટે તે વેળાએ તેઓએ પોતાના શરીરને સારા સ્વચ્છંદ અને અંતઃકરણ શાન્ત તથા નિરૂદ્વેગવંત રાખવાં જોઇએ. પાર્સિ નામના એક ડાકટરે એ વિષયનુ એક આશ્ચર્યકારક ઉદાહરણ આપ્યુ છે. ફ્રેન્ચ રાજ્યની ઉથલપાથલની લડાઇના બનાવમાં (ઇ० સ० ૧૭૯૩ મા) લાંડો શહેર ઉપર ઘેરો નંખાયો હતો તેથી તોપોના ઉપરાચાપરી અવાજો સાભળ્યાથી તે શહેરની સ્ત્રીઓને ઘણોજ ત્રાસ ઉપજ્યો હતો. એટલામાં ત્યાંનો દારૂગોળો સળગી ઉઠવાથી એક મ્હોટો અવાજ થયો. આવો ત્રાસ અને ચમતકાર ગર્ભવતિ સ્ત્રીઓને ઘણોજ વિઘ્નકારક થઇ પડયો. એ બનાવ પછી કેટલેક મહીને તે શહેરમાં ૯૨ છોકરાં અવતર્યાં. તેમા ૧૬ જન્મતાજ મરણ પામ્યાં, ૩૩ દસ મહીના સુધી કોઇ રીતે બચીને મરી ગયાં. ૮ જડ થઇને પાંચ વર્ષની ઉમરે મરણ પામ્યાં. વળી બે છોકરાંનાં જન્મતી વખતે હાથપગનાં હાડકાં ખુટાં તથા ભાગી ગયેલાં જોવામાં આવ્યાં

હતાં. સ્ત્રીઓની ગર્ભની વેળાએ શરીર તથા મનની અવસ્થા પ્રમાણે છોકરાંની પ્રકૃતિમાં ફરક પડે છે. આ ઉદાહરણથી તે પ્રત્યક્ષ પ્રમાણવત્ સિદ્ધ થાય છે.

જે કુટુંબમાં ભોગજોગે એક માણસ મુંગો તથા બહેરો થયો તે કુટુંબમાં ત્યાર પછી બીજા છોકરા પણ તેવા ઉત્પન્ન થાય છે. થોડાં વર્ષ થયાં તપાસથી જાણવામાં આવ્યું છે કે આયર્લેન્ડના ઘણાક કુટુંબમા બેત્રણ અથવા ચાર મુંગાં તથા બહેરાં છોકરાં થાય છે. કોઇ કોઇ કુટુંબમાં એવા પાંચ સાત અને દસ સુધી પણ થયાં હતાં એક લશ્કરી ગરીબ સિપાઇને ત્યાં લંકામાં ઉપરાચાપરી મુંગા અને બહેરાં દસ છોકરાં જન્મ્યાં હતાં. એ સિવાય ઇંગ્લંડ અને સ્કોટલંડ વીગેરે બાજા ઘણાક દેશમાં એવા દુઃખદાયક ઘણા બનાવ બને છે. સ્કોટલેન્ડમાં આંધળાના વિષયમાં પણ એવું જ બને છે. ત્યાંના એક માણસને ૭ છોકરાં જન્મ્યાં હતાં. તેમાથી બે છોકરાંઓ અને ચાર છોડીઓ આંધળાં ઉત્પન્ન થયાં હતાં. માબાપને આંખનો રોગ મુદ્દલ નહોતો અને પહેલાના બે છોકરા પણ સારી આંખવાળા હતા; પરંતુ છોકરીઓ બધી આંધળી હતી. આ કુટુંબમાંના પાછળથી જન્મેલા ચાર છોકરામાંથી ત્રણ છોકરા એ રીતે આંખની પીડાથી પીડાતા હતા.

મેં પાંચ સાત કુટુંબ એવાં જોયાં છે કે જેમાં માબાપની આંખો સારી છતાં તેનાં ત્રણચાર છોકરાં આંધળા કે મુગાં થએલાં અને તે સિવાયના બાકીનાં છોકરાં કોઈ પણ અવયવની ખોડ વિનાના ને મુગાં જન્મેલાં નથી.

ડોકટરોએ આવાં ઘણાક ઉદાહરણો એકઠાં કર્યા છે ખરાં અને તેને અનુસરીને એ પણ જુવે છે કે ગર્ભવંતી સ્ત્રીને આંધળા બહેરા વીગેરે જોયાથી તેના માનસિક ભાવનું વધારેપણું થવાને લીધે તે વેળાના છોકરા પણ તેના જેવાં વિકલેન્દ્રીય થાય છે અગર તેવા અવયવની ખામી હોય છે. આ વિષયના સર્વથી છેલ્લો સિદ્ધાંત કરવાનો વખત હજુ આવ્યો નથી તોપણ સ્ત્રીઓની ગર્ભાવસ્થાના વખતે શરીર અને મનની સ્થિતિના પ્રમાણે છોકરાંની પ્રકૃતિમા ફરક પડવાના સંભવ છે.



जोतिषशास्त्र अने वैदकशास्त्रने निकटनो संबंध.

(બીજા વર્ષના પૃષ્ટ ૩૮૨ નું અનુસંધાન.)

(લેખક-તંત્રી.)

૧. જન્મકાળમાં સૂર્ય નીચ સ્થાનમાં પડયો હોય અને સૂર્યની દશા આવે તો તે દશામાં નેત્રનો નાશ, જ્વર, મસ્તકરોગ, બંધન, મહાભય, કોઢ, અને રોગાદિ પીડા થાય છે, તેજ પ્રમાણે ક્ષીણચંદ્રની દશાનાં પણ થાય છે.

૨. કેતુની (રાહુ ને કેતુ એક છે) મહા દશામાં બુધની અંતર દશા આવે ત્યારે જમીન સબંધી તકરારો, દેહની પીડા, જ્વર અને વ્યાધિ એ ઉપદ્રવ થાય છે. શનિની દશામાં બુધની દશા આવે ત્યારે પણ એજ પ્રમાણે ફળ મળે છે.

૩. જન્મકાળમાં ચંદ્રના ઘરમાં મંગળ પડયો હોય તો તે માણસને રક્તપિત અને અર્શ જેવા અનેક વ્યાધિ ઉત્પન્ન થાય છે.

૪. જન્મકાળમાં ચંદ્ર સાથે મંગળ પડયો હોય તો રક્તપિત્ત, જ્વર, દાહ અને વાયુનો ઉપદ્રવ થાય છે.

૫. જન્મકાળમાં કર્ક રાશિનો સૂર્ય છતાં તેના ઉપર બુધની દ્રષ્ટિ પડતી હોય તો તેને અંધત્વનો રોગ થાય, અથવા કફવાતં રોગી થાય. કિંવા તે ચોરી કે ચંચળપણાના કાર્યમાં ગુંથાય

૬ જેના જન્મકાળમાં સહજ (ત્રીજા) સ્થાનમાં ક્રૂરગ્રહ હોય અથવા ગુરૂ સહજ સ્થાનમાં ક્રૂરગ્રહ યુક્ત હોય તો તે મંદાગ્નિવંત પાપકર્ત્તા અને શત્રુથી જીતાયલો રહે.

૭. જન્મકાળમાં છઠ્ઠા સ્થાનમાં ચંદ્ર અને શુક્ર એ બે ગ્રહ હોય કિંવા તેમની દ્રષ્ટિ હોય તો તે વાંતિ રોગી (ઉલટીના રોગવાળો) કિંવા તૃષ્ણા રોગી થાય અગર છઠ્ઠા સ્થાનમાં બુધ હોય અને તેની ક્ષીણ ચંદ્ર ઉપર દ્રષ્ટિ પડતી હોય તો પણ ઉપર લખ્યા પ્રમાણે વાંતિ અને તૃષ્ણા રોગી થાય છે.

૮ જેના જન્મકાળમા મંગળ અને આઠમા સ્થાનમા સૂર્ય હોય તો તે દાહ અને જ્વર રોગથી પીડિત હોય.

૯. જેના જન્મકાળમા સૂર્ય મંગળ અને શનિ આઠમા સ્થાનમાં હોય તેને નાના પ્રકારનાં વ્યાધિ કિંવા અપસ્મારની પીડા ઉત્પન્ન થાય છે.

૧૦ જન્મકાળમાં દશમસ્થાનમાં મંગળ છતાં તેના ઉપર શનિની દ્રષ્ટિ પડતી હોય તો તે રક્ત રોગી હોય.

૧૧. જન્મકાળે અષ્ટમ સ્થાનમાં ગુરૂ પડયો હોય તો તે આમરોગને ઉત્પન્ન કરે છે.

૧૨. જન્મકાળમાં પાપગ્રહ મધ્યે ચંદ્ર અને સપ્તમસ્થાને શનિ હોય તો શ્વાસ, ક્ષય વિદ્રધી, ગુલ્મ, પ્લીહા ઇત્યાદિની પીડા થાય.

૧૩. જન્મકાળમાં ચોથા સ્થાનમાં પાપગ્રહ હોય તો તેને ઉરઃક્ષત બંધુ પીડા બાળપણમાં શરીરમાં વ્યાધ થાય અને તે નખ તથા કેશને ધારણ કરનારો થાય.

૧૪. જન્મકાળમા જેના સપ્તમસ્થાનમાં શનિ અને રાહુ હોય તેને મૂત્ર કૃચ્છ્રાદિ પીડા થાય.

૧૫. જન્મકાળમાં ગુરૂના ઘરમાં બુધ છતાં રવીની દ્રષ્ટિ પડતી હોય તો શુળ પ્રમેહ અને પથરી રોગ ઉત્પન્ન થાય છે.

નાશવંતગ્રહ.

બાળકોના વ્યાધિમાં વૈદકધંધો કરનારને દવા આપવાની જરૂર પડે છે તેવા વખતે બાળકના નાશવંત ગ્રહો છે કે નહીં તેનું જ્ઞાન હોવાથી સાધ્યાસાધ્યનો વિચાર કરવા ઠીક પડે તેમ ધારી નાશવંત ગ્રહોનું અમે વર્ણન કરેલું છે.

१६ अर्को राहु कुज सौरिलग्ने तिष्ठति पंचमे ॥
पितरं मातरं हंति भ्रातरं च शिशून क्रमात् ॥

જન્મલગ્નથી પાન્ચમે સ્થાને રવી હોય તો પિતાને, રાહુ હોય તો માતાને, મંગળ હોય તો ભાઇને અને શનિ હોય તો બાળકને મૃત્યુ કારક છે એમ અનુક્રમે સમજવું.

१७ लग्नस्थाने यदासौरि पष्टेभवति चंद्रमाः॥
कुजस्तु सप्तमस्थाने पिता तस्य न जीवति॥

જેના જન્મલગ્નમાં શની, છઠ્ઠા સ્થાનમાં ચંદ્રમા અને સાતમા સ્થાનમાં મંગળ હોય તો તે બાળકના પિતાનું મર્ણ થાય.

१८ पातालस्थो यदाराहु श्चेंदुः षष्टाष्टमेपिच ॥
पापदृष्टोपिशेषेण सद्यः प्राणहरः शिशो ॥

બાળકના જન્મલગ્નથી સાતમે રાહુ અને છઠ્ઠા કિંવા આઠ સ્થાનમાં ચંદ્રમા અને શેષગ્રહોની પાપ દ્રષ્ટિ હોય તો જન્મ થતાંજ મૃત્યુ થાય છે.

१९ जन्मलग्ने यदाराहु षष्टोभवति चंद्रमा ॥
जातो मृत्युमवाप्नोति कुदृष्ट्यात्व स मृत्युना ॥

જે બાળકના જન્મલગ્નમાં રાહુ છઠ્ઠા સ્થાનમાં ચંદ્રમા હોય તે બાળક જન્મતાંજ મૃત્યુ પામે અગર જન્મ લગ્ન ઉપર એવા પાપ ગ્રહની દ્રષ્ટિ હોય તો અપમૃત્યુથી મર્ણ થાય.

२० जन्मलग्ने यदाभाम चाष्टमे च बृहस्पतिः ॥
वर्षे च द्वादशे मृत्यु र्यदि रक्षति शंकरः ॥

જન્મલગ્નમાં મંગળને અષ્ટમ સ્થાનમાં બૃહસ્પતિ હોય તો બાર વર્ષે શંકર રક્ષા કરનાર હોય તો પણ બાળક મૃત્યુ થાય છે.

२१ शनिक्षेत्रे यदा सूर्यो भानुक्षेत्रे यदा शनि ॥
वर्षे च द्वादशे मृत्यु र्देवोवैरक्षिता यदी ॥

શનિના ઘરમાં સૂર્ય અથવા સૂર્યના ઘરમાં શનિ એ પ્રમાણે જન્મલગ્નમાં હોય તો તેનું દેવતાઓ રક્ષણ કરતા હોય તો પણ બારમે વર્ષે મૃત્યુ થશે.

२२ षष्टाष्टमस्तथामुर्तो जन्मकाले यदा बुधः ॥
चतुर्थे वर्षे मृत्युश्च यदि रक्षति शंकरः ॥

જેના જન્મકાળમાં છઠ્ઠા અથવા આઠમા સ્થાનમાં બુધ હોય તો ચોથે વર્ષે શંકર રક્ષણ કરતા હોય તો પણ તેનું મૃત્યુ થશે.

२२ भामक्षेत्रे यदा जीव षष्टाष्टेसु च चंद्रमाः ॥
वर्षेष्टमेपि मृत्युर्वै इश्वरो रक्षिता यदि ॥

મંગળના ઘરમાં બૃહસ્પતિ અને છઠ્ઠા અથવા આઠમા સ્થાનમાં ચંદ્રમા જન્મ લગ્નમાં પડ્યો હોય તો ઈશ્વર રક્ષણ કરતા હોય તો પણ આઠમે વર્ષે મૃત્યુ પામે.

२३ यस्य वै दशमें राहु जन्मलग्ने यदा भवेत् ॥
वर्षेतुषोडशंज्ञेयो बुध मृत्यु नरस्यच ॥

જેના જન્મલગ્નથી દશમા સ્થાનમાં અથવા જન્મલગ્નમાં રાહુ હોય તો સોળમે વર્ષે તેનું મૃત્યુ થશે એમ જાણવું.

(અપૂર્ણ.)



(માલસર મુકામે વૈષ્ણવ સાધુ સુધારણી સભામાં અપાયલું ભાષણ)

आपणा देशना उद्धारनो आधार शाना ऊपर छे ?

[લેકચરર. નેચરોપથીક ડૉક્ટર મહાદેવપ્રસાદ બી. એમ. ઈ; એન. ડી.]

અનેક દૈવિ સદ્ગુણાલંકૃત સ્વદેશ કર્તવ્ય પરાયણ પ્રમુખ મહાશયજી, તથા વિવિધ સ્થલ નિવાસી દેશહિતચિંતક પરમ પૂજ્ય શ્રોતાજનો !

આજ કોઈ વિલક્ષણ આલ્હાદજનક સુપ્રભાતનો મહોદય થયો જણાય છે. સભા મંડપમાં બિરાજેલા અનેક ધર્મનિષ્ઠ અને વિદ્વાન સજ્જનો તરફ દૃષ્ટિ ફેરવતાં અતિ સંતોષ સાથે ઉદ્ગાર નિકળે છે કે "બહુ રત્ના વસુંધરા" ! જે સમયે આપણો દેશ સર્વ સુધરેલા ગણાતા દેશોમાં અધમાધમ સ્થિતિએ પહોંચેલો ગણાય છે, અને સામાજીક, આર્થિક, શારીરિક અને રાજકીય આદિ સર્વ પ્રદેશોમાં આપણે બહુજ પછાત પડી ગયેલા દેખાઈયે છીએ તેવા પડતીના કાળમાં પણ અનેક નરરત્નોને જન્મ આપનાર એક અખુટ ખાણ જેવી આપણી ભારત માતાની કુખ છેકજ વંધ્યત્વને પામી નથી, પરંતુ આ સભા મંડપમાં વિરાજ્યા છે તેવા અનેક તેજસ્વી રત્નોને જન્મ આપવા હજુ કેવળ સુસમર્થ છે, એ જાણીને કયા આર્ય હૃદયને સંતોષ ઉપજ્યા વિના રહેશે ? વળી જેમ ખાણમાં દટાઈ રહેલો હીરો, વાદળથી આચ્છાદિત થયેલો ચંદ્ર, કાષ્ટમાં છુપાઈ રહેલો અગ્નિ, મેઘ મંડળમાં ભરાઈ રહેલું જળ, અને છાલા તથા કાચલાના જાડા પડ નીચે અપ્રગટપણે રહેલું ટોપરૂં, સામાન્ય મનુષ્યોના દીઠામાં કે ખપની વેળાએ તુરત ઉપયોગમાં આવતું નથી, તેમજ દેશના જૂદા જૂદા ભાગમાં નિવાસ કરતા વિદ્વાન મહાશયો એક બીજાથી અલગ રહીને નોખી નોખી પ્રવૃતિ કરે તો તેવા પ્રયત્નથી બહુ મોટાં પરિણામ નિપજતાં નથી અને તેથી તેવા નરરત્નો આપણા દેશમાં મોજુદ છે, એ વાત પ્રજાના મોટા ભાગના જાણ્યામાં આવતી નથી. જવાહીરનું નૂર અને કિંમત ઝવેરીજ જાણી શકે છે, અને તેથી તેવા કુશળ ઝવેરીઓજ આવા રત્નોને દેશ વિદેશના અનેક દૂરના સ્થળોએથી લાવીને એકત્ર કરી, તેની એક મનોહર ઉજ્વલ મણિમાલા બનાવી પ્રજાજનનું મન રંજન કરી શકે છે આવા એક કુશળ ઝવેરીનું કાર્ય આપણા 'અભ્યર્થના મંડલ'ના અધ્યક્ષ સ્વામી પૂજ્ય પરમ હંસ શ્રી માધવદાસજીએ અને તેમને સહાય કરનાર વિદ્વજ્જનોએ કર્યું છે, અને તેના એક મહદ્ કાર્યથી તેમણે આખા દેશને અને ખાસ કરીને ગુજરાતને બહુ આભારી કર્યો છે આવા સંમેલનના પ્રસંગ વિના દેશ દેશાંતરના આ વિરાજેલા વિદ્વાન મહા પુરૂષોના સત્સંગનો આપણા ગુજરાતને કેવી રીતે લાભ મળત ? જેવી રીતે એક મનોહર સુવાસિત કુસુમમાળા પ્રાપ્ત થતાં આપણે તે માળામાં ગુંથાયેલાં પુષ્પોની તેમજ તે ઉત્તમ પુષ્પોને અનેક સ્થળેથી લાવીને એકત્ર કરી તેમને વ્યવસ્થિત રીતે ગુંથનાર ગુણજ્ઞ માળીની તારીફ કરીયે છીયે, તેવીજ રીતે આવા મહાન અધિવેશનનો સુયોગ ગુજરાતને પ્રાપ્ત કરાવી આપવા માટે આપણે વિવિધ સ્થળોએથી ઘણી ઘણી અડચણો વેઠી અત્ર પધારવાની કૃપા કરનાર વિદ્વાન મહાશયોનો, તેમજ તેમને આમંત્રણ કરનાર સમસ્ત અભ્યર્થના મંડલનો અત્યંત આભાર માનવાનો છે

મહાશય !! આપની સમક્ષ જે બે બોલ હું બોલવાને ઉભો થયો છું તે ઉપદેશ રૂપે નહિ પરંતુ આપ જેવા પૂજ્ય પુરૂષોની યથાશક્ય સેવામાં અર્પણ કરવા યોગ્ય એક ક્ષુદ્ર

પુષ્પની માફક માત્ર એક નિવેદન પત્ર છે. કદાચ તેમાં સુવાસ કે સુરમ્યતા નહિ હોય, અને બીજાની સરખામણીમાં તે છેક નજીવું દેખાતું હશે, પરંતુ તે ખરા પૂજ્ય ભાવ અને પ્રેમપૂર્વક અર્પણ કરાયલું છે એમ ગણી તેનો યથાયોગ્ય અંગિકાર કરશો એવી મારી અભ્યર્થના છે.

ભદ્રજનો ! વર્તમાન સમયમાં આપણી જન્મભૂમિ—હિંદમાતાને દરિદ્રતા, પરતંત્રતા, જડતા અને કુસંપરૂપી મહા ભયંકર વ્યાધિ લાગુ પડયો છે, જેને લીધે હિંદદેવીની નસોમાં ઉષ્ણરક્ત પૂર્ણ જોશમાં ઉછળતું નથી, તેના બાહુમાં પુરતું બળ જણાતું નથી, તેના મુખ પર પૂર્ણ ઉત્સાહ પ્રકાશતો નથી, તેના પગમાં ઉંચું મસ્તક રાખી ટટાર ઉભા રહેવાની શક્તિ રહી નથી, તેના કંઠમા શત્રુઓને ધ્રુજવનાર વીરહાક કરવાનું સામર્થ્ય પ્રતિત થતું નથી, તેના સ્તનમાં પોતાનાં ટળવળતાં બાળકોને સ્તનપાન કરાવવા જેટલું દુધ નથી, અને આખા જગતની આંખોને ઝંખવી નાંખે તેવો કિમતી શણગાર સજવાનાં સાધન રહ્યાં નથી. પોતાની હિંદ માતાની આવી દુઃખી હાલત જોઇ કયા પુત્રનું હૃદય શોકથી વ્યાકુળ થયા વિના રહે? અને કોણ એવો કુપુત્ર નિવડશે કે જે પોતાની માતાનું દુઃખ ઓછું કરવા પોતાથી બનતી સેવા નહિ ઉઠાવે ?

હિંદને આવી વિપત્તિના પ્રસંગમાંથી વિમુક્ત કરવા સર્વ સમજુ પુરૂષો વિચાર ચલાવી રહ્યા છે. અને જેમને જે માર્ગ વધારે સારો ગણાય છે તે માર્ગે તેઓ પ્રયત્નશીલ બનવા લાગ્યા છે. પરંતુ તેમના તેવા પ્રયાસનું પ્રમાણ તેમની શક્તિ અને તેમને મળતા અવકાશ ઉપર આધાર રાખે છે. દેશોદ્ધારના કાર્યમાં પ્રવૃત્ત થવા ઇચ્છતા પુરૂષોમાંથી કેટલાકને પુરતો સમય મળતો નથી, કેટલાકમાં પુરતી યોગ્યતા હોતી નથી, કેટલાકને ખરો માર્ગ જડતો નથી, કેટલાકથી સ્વાર્થ છોડાતો નથી, કેટલાકથી મોજશોખને લાત મરાતી નથી, અને કેટલાકમાં પોતાની ફરજ બજાવવામાં જરૂર જેટલી નિડરતા અને નિર્ભયતા જણાતી નથી. સ્વદેશ સેવાને યોગ્ય તેજ પુરૂષો છે કે જેઓનો સંસારસુખો ઉપરથી મોહ ઉઠી ગયો છે; જેઓનો નીચ સ્વાર્થ ટળી જઇને તેનું કેવળ પરમાર્થમાં રૂપાંતર થઇ ગયું છે; જેઓનું ક્ષુદ્ર અહં વિલાઇ જઇને આખી પ્રજાના વિશાળ ગૌરવમાં એકત્વને પામ્યુંછે; અને જેઓની કર્તવ્યનિષ્ઠા, કાર્યદક્ષતા, તથા નિર્ભયતાની ઉજ્વલ જ્યોતિ અહર્નિશ એક સરખી રીતે પ્રકાશ્યા કરે છે. આમ હોવાથી, મારો નમ્ર અભિપ્રાય એવો છે કે, બીજા કોઇ પણ પુરૂષો કરતાં દેશોદ્ધારના મહાન કાર્યને માટે સાધુઓ અને સંન્યાસિઓ જ વધારે યોગ્ય છે. આ વાતને પૂર્ણ રીતે અનુભવનાર સુપ્રસિદ્ધ વિદ્વાન સ્વામી વિવેકાનંદે એક ભાષણમાં કહ્યું હતું કેઃ–India shall be raised not so much by the rich & the higp as by the begging-bowl, the garb of the Sanyasin) " હિંદુસ્તાનનો ઉદ્ધાર ભીખ માગતા સાધુઓ અને સંન્યાસીઓ જેટલો કરી શકશે, તેટલો પૈસાદાર અને મ્હોટા ગણાતા ગૃહસ્થો કરી શકશે નહિ." આમ હોવાના અનેક કારણો છે, જેમાંનાં માત્ર થોડાકજ અત્ર ગણાવી શકાય. દાખલા તરીકે સાધુઓ અને સંન્યાસીઓને સંસાર વ્યવહારની જંજાળો નડતી નથી; યોગ્ય સાધુઓ તરફ સમસ્ત પ્રજા અનાદિ કાળથી બહુ માનની દૃષ્ટિએ જોતી આવી છે, તેથી તેઓ જે ઉપદેશ કરે છે તેની છાપ લોકોના મનપર બહુ ઉંડી બેસે છે; તેઓને પરમાર્થ જીવન ગાળવાની અનુકૂળતા અને

અવકાશ વધારે હોય છે; સાધુ જીવન ગાળનારને સંસારની અસારતા, મનુંય જન્મનો ઉદ્દેપ, આત્માના અમરત્વ અને ઇશ્વરની સર્વ વ્યાપકતાનું હરઘડી સ્મરણ થતું હોવાથી નિઃસ્વાર્થતા અને અચળ નિર્ભયતા સહજ પ્રાપ્ત થાય છે; આ વિગેરે અનેક કારણોથી એજ સાબિત થાય છે કે સાધુ પુરૂષોજ દેશોન્નતિના મહાન કાર્યને માટે ખરેખરા યોગ્ય છે

આવા યોગ્ય પુરૂષોની સમક્ષ એક નમ્ર અરજ નિવેદન કરવાનો સુયોગ મને પ્રાપ્ત થયો છે, તે માટે હું મ્હને પોતાને અહો ભાગ્ય માનુંછું અને આશા રાખુંછું કે મારા નીચે જણાવેલા વિચારો ઉપર પુરતું લક્ષ આપવા આપ કૃપાવંત થશો.

પ્રત્યેક વ્યક્તિના, પ્રજાના, અને મનુષ્ય જાતના જીવનનો ઉદ્દેશ—ધર્મ અર્થ, કામ, અને મોક્ષ એ ચારજે મુખ્યત્વે કરીને હોવા જોઇયે એમ આપણા સર્વ શાસ્ત્રો કહે છે, અને તે સર્વ સમજુ મનુષ્યો સ્વિકારે છે. છતા તે 'દેશને સફળ કરવાનો ખરો માર્ગ કોઇ વિરલા પુરૂષોજ જાણે છે. કેટલાક આર્થિક સ્થિતિ સુધરવાથીજ દેશની ખરી ઉન્નતિ થઇ શકે એમ માને છે; કેટલાક મનની ખિલવણી ઉપરજ દેશના ઉદ્ધારનો આધાર મુખ્યત્વે રહેલો છે એમ સમજે છે; બીજા કેટલાક વળી રાજકીય સુધારણાને અવલબીનેજ બીજી સર્વ પ્રકારની ઉન્નતિ રહેલી છે એમ ધારે છે; બીજા કેટલાક વળી એમ કહેતા સંભળાય છે કે જ્યા સુધી હિંદુસ્થાનમા અનેક ધર્મ, પંથ, સંપ્રદાય અને જ્ઞાતિના ભેદ રહેશે ત્યાં સુધી દેશની ઉન્નતિ થવાનો બિલકુલ સંભવ નથી, એમ નિશ્ચય કરી જ્ઞાતિબંધારણનો ઉચ્છેદ કરવા તથા બીજા ધર્મ અને પંથને ખોટા ઠરાવી પોતાને પસંદ પડતા કોઇ એક પંથનેજ આખા હિંદુસ્તાને સ્વિકારવો જોઇયે એનો મિથ્યા દુરાગ્રહ સેવ્યા કરે છે, અને વળી બીજા કેટલાક વિધવાવિવાહમાંજ દેશની ચઢતીનુ મૂળ જુએ છે. આવા આવા વિવિધ અભિપ્રાયોમાથી કયા ખરા અને કયા ખોટા એવો નિર્ણય કરવા જેટલી યોગ્યતા અને બુદ્ધિબળ મારામા છે એમ નિશ્ચય પૂર્વક કહેવું એ એક પ્રકારનું મિથ્યાભિમાન ગણાય. પરંતુ આ અગત્યના પ્રશ્ન ઉપર દેશના દરેક જણે વિચાર કરવાની જરૂર છે, અને તેવો વિચાર કર્યા પછી પોતે જે નિર્ણયપર આવે તે નિર્ણય દેશના આગેવાન હિતચિંતકોની સમક્ષ સવિનય નિવેદન કરવાની દરેક જણની ફરજ છે. માટે જ, આ વિષય ઉપર મારા વિચાર કેવા પ્રકારના છે, તે આપ જેવા સંત મહાશયોની રૂબરૂ રજુ કરવાની મેં હિમ્મત ધરી છે. દીર્ઘ વિચારને અંતે મારી તો એવી ખાત્રી થઇ છે કે **धर्मार्थ काम मोक्षाणामारोग्यं मूलकारणम्** અર્થાત્ ધર્મ, અર્થ, કામ, મોક્ષ—એ ચતુર્વિધ પુરૂષાર્થની યથાયોગ્ય પ્રાપ્તિનો સર્વ આધાર આરોગ્ય ઉપરજ રહેલો છે. નિરોગ બળવાન પ્રજાજ પોતાના અતુલ બાહુબળથી સર્વ પ્રતિસ્પર્ધિઓપર વિજય મેળવી સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત કરી તેને ચિરકાળ નિભાવી રાખી શકે છે. નિરોગ બળવાન પ્રજાજ મનની સર્વોત્તમ ખિલવણી કરી પોતાના અપૂર્વ બુદ્ધિ પ્રભાવ વડે અન્ય સર્વ પ્રજાઓને મહાત કરી શકે છે. નિરોગ અને બળવાન પ્રજાજ વિદ્યાકલાની ખરી ખિલવણી કરી વ્યાપાર ઉદ્યોગને વધારી દેશને આબાદ અને સુખી કરી શકે છે. નિરોગ અને બળવાન પ્રજાજ ખરૂં અધ્યાત્મબળ પ્રાપ્ત કરી, જીવત્વ ભાવને વિલય કરી પરમાત્મ ભાવને પામી શકે છે. પ્રજાવર્ગની શરીરસંપત્તિ જ્યા સુધી હલકા પ્રકારની રહેશે ત્યા સુધી દેશોન્નતિનુ પહેલું પગથીયું પણ ચઢાવાનું નથી. " રાજકીય જાગૃતિ આણવાનો યત્ન કરવાનુ જ્યાં ત્યાં

અને નિંઘ દવાઓ આપણે વાપરવા લાગ્યા. જેથી પૈસા સાથે ધર્મનું નામ પણ નષ્ટ થવા લાગ્યું છે. ઔરંગઝેબ આદિ યવન બાદશાહો હિંદુઓને જોરજુલમથી વટલાવવા માટે મુસલમાનનું પાણી પાવાનો પ્રયત્ન કરતા ત્યારે પરધર્મિનું પાણી પીવાને બદલે પોતાનો પ્રાણ આપવાને તુરત હિંદુઓ તત્પર થતા, એવું અડગ ધર્માભિમાન આપણું ક્યાં ગયું ? વર્તમાન કાળમાં અગાઉની માફક જોર જુલમથી કોઇ આપણને ધર્મથી ભ્રષ્ટ કરતું નથી, પરંતુ આપણી પ્રજાજ એટલી અધમ દશાને પ્રાપ્ત થઇ છે કે તન-મન-ધનનો ભોગ આપીને પણ ધર્મથી ભ્રષ્ટ કરે એવી અભક્ષ્ય વિદેશી દવાઓ ખરીદીને તેનો ઉપયોગ કરવા લાગી છે. કારણ ડુક્કર, ગાય, અને માછલાની ચરબી અને અનેક પ્રકારની મદિરાથી ખાસ વિલાયતી દવાઓ બને છે. એવી અપવિત્ર વસ્તુઓ ખાધાથી આપણ આર્યોની બુદ્ધિમાં બિગાડ થઇ મલિનતા વ્યાપી ગઇ છે. કોઇ કહેશે કે निर्जावापृथव्यां निरोषधा रसाः આ પૃથ્વિ નિર્જીવ થવાથી ઔષધિઓનાંથી રસ જતો રહ્યો છે." તો તેવા જવાબમાં કહેવાનું કે, જરા આંખ ઉઘાડી "મેટીરીયા મેડીકા" જેવાં પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનોથી લખાયલાં પુસ્તકોનાં પાનાં ઉથલાવી જુઓ, તો તમને જણાશે કે પરદેશમાંથી આવતી દવાઓમાં વપરાતી ઔષધિઓમાંથી અર્ધ ઉપરાંતના સખ્યા આ ભારત ભૂમિમાં પાકેલી હોય છે. વળી વિચાર કરો કે ઇંગ્લંડ આદિ દેશોની મનુષ્ય પ્રકૃતિ અને રૂતુ વિગેરેને અનુકૂલ પડતી બનાવેલી ઔષધિઓ આપણા ગરમ દેશના લોકોને અનુકૂલ શી રીતે આવે ? તેમ ઇંગ્રેજી ઔષધિઓમાં ઝેરી પદાર્થો વિશેષ પણે વપરાય છે, જેથી વધુ પ્રમાણમાં કોઇ દરદીને દવા દેવામાં આવે તો તેનાથી યમાલય દૂર રહેતુંજ નથી. આવા સેંકડો અને હજારો દાખલા બન્યા છે અને બને છે. ઘણીજ દિલગીરીની વાત છે કે, જે હંસપક્ષિઓ દૂધ અને મોતીથી પોતાના દેહ ટકાવી રાખતાં, તેનાં બચ્ચાં આજે બગલાની પેઠે માછલાંને પોતાના ગુજરાનનું સાધન કરી બેઠાં છે. તેથી મુળ હંસનું સ્વરૂપ ભૂલી જઇ કાગના જેટલું પણ કામ કરતાં નથી.

ઇંગ્રેજી દવાઓ કેટલી બધી નુકશાનકારક છે તે સાબિત કરવા પશ્ચિમનાજ સુપ્રસિદ્ધ ડૉકટરોના માત્ર થોડાક અભિપ્રાયો અત્ર ઉતારવાની રજા લઉં છું.

તાવમાં વપરાતા વિદેશી "ક્વીનાઇન" ના લાંબા ઉપયોગથી કદાચ તાવ તો મટે છે, પરંતુ તેથી બીજો કેટલો ગેરલાભ થાય છે, તે વર્ણવતાં પ્રખ્યાત ડૉ. એ. બી. વૉર્ડ. એમ. ડી. એફ. એસ, લખે છે કે; "ક્વીનાઇનથી હૃદયની ગતિ ધીમી પડી, લોહી જડતા ધારણ કરે છે, અને વધારે પ્રમાણમાં કે લાંબો વખત લેવાથી—કદી મૃત્યુ થવાનો પણ સંભવ છે.

ડૉ. પાવર એમ. ડી. લખે છે કે " ક્વીનાઇનનું લાંબો વખત સેવન કરવાથી નપુંસકપણું પ્રાપ્ત થાય છે; અને સ્વભાવસ્થાના દોષથી દુર્બળ થઇ માણસ મરણ તુલ્ય દશાને પહોંચે છે"

વળી **ડૉ. એ. સી. કાર્ડપાર્બોયેટ** જણાવે છે કે " ક્વીનાઇન શરીરનાં રક્ત પરમાણુંઓને ઓછાં કરે છે. જેથી પાન્ડુરોગ થઈ સર્વાંગે દુર્બળતા થઇ પ્રસંગેચ્છા કમ થાય છે.

લાંબા અનુભવી અને વિદ્વાન ડૉકટર જે. એમ. સ્મીથ એમ. ડી. કહે છે કે, " ડીજીટેલીસ નામની દવાએ હજારો મનુષ્યોના પ્રાણ લીધા છે."

તેજ પ્રમાણે ડૉક્ટર ઍલૅાઝો ક્લાર્ક એમ. ડી. કહે છે કે: " હળાહળ વિષ અથવા ઝેરાને આપણે અકસીર ઔાષધો ગણી વાપરીએ છીયે. આપણી સર્વ દવાઓ વિષજ છે અને તેથી પરિણામમાં દવાનો દરેક ડોઝ દરદીનું જીવન ઓછું કરે છે."

આવી વિષરૂપ અને અભક્ષ્ય મલીન પદાર્થોની બનેલી ઇંગ્રેજી દવાઓથી આપણા આયુષ્ય અને ધર્મને કેટલું નુકશાન પહોચે છે તેનો ખરો ખ્યાલ તો આપ વિદ્વાનોને આવી ગયો હશેજ. હવે વિદેશી દવાઓના ઉપયોગથી આ ણા ગરીબ દેશને કેટલી બધી આર્થિક હાનિ પહોચે છે તે વિષે બે બોલ કહેવાની જરૂર છે.

મહાશયો ! વિચાર કરો કે આપણી આર્યભૂમિની વસ્તીનો વિસ્તાર આજે અઠ્ઠાવિસ કરોડ જેટલો છે. તેમાંથી ધારો કે ચૈાદ કરોડ જેટલા મનુષ્યો દેશી અને હકીમી આપધિઓના અધિકારી હશે. પરંતુ બાકીની ચૈાદ કરોડ વસ્તી ઇંગ્રેજી દવાના વાપરનારાની બનેલી છે, એમ કહીયે તો ને ખોટું નથી. હવે જો એક માણસ વર્ષે માત્ર બે રૂપીયાનીજ વિલાયતી દવા વાપરે, ત્યારે આપણા કંગાલ દેશમાંથી દર વર્ષે અઠ્ઠાવીસ કરોડ રૂપૈયા જેટલી ભારે રકમ પરદેશ તણાઇ જાય છે. અને તેમ છતાં આપણા દેશની પ્રજા ઉત્તરોત્તર અધિક બળવાન અને નિરોગ બનવાને બદલે વધારે ને વધારે રોગી અલ્પાયુષી, અને નિર્બળ બનતી જાય છે

તે ઉપરાંત વળી બીજા કેટલાએ કરોડ રુપૈયા આપણા દેશમાંથી વિદેશી દારૂના ઉપયોગથી જતા રહે છે હવે દારૂનિષેધક સભાઓ દેશમાં ઘણી જગાએ સ્થપાય છે, પરંતુ દારૂનો ઉપયોગ તો હિંદુસ્તાનમાં દિવસે દિવસે વધતોજ જાય છે. એનું કારણ એ છે કે દારૂનું વ્યસન લોકોને લાગુ પડવાનાં ખરાં કારણનેજ નાબુદ કરવાનો હજુ સુધી કોઇ પ્રયત્નજ કરતું નથી. પ્રજાના દરેક મનુષ્યને જણાવવાની જરૂર છે કે અયોગ્ય પ્રકારનો ખોરાક ખાવાથી અને શુદ્ધ હવા પુરતા જથામાં ફેફસાને નહી મળવાથીજ મનુષ્યને દારૂ પીવાની અયોગ્ય અને અસ્વાભાવિક ઇચ્છા થઇ આવે છે. આ બે અગત્યતાં કારણોને નાબુદ કરો અને પછી તમે જોશો તો આપણા દેશમાં દારૂ પીનારા મનુષ્યો ખોળ્યા નહિ જડે. પરંતુ જ્યાં સુધી આ કારણો મોજુદ રહેશે ત્યાં સુધી દારૂનો નિષેધ કરનારાં સર્વ ભાષણોની કંઇજ અસર થવાની નથી.

મહાશયગણ ! ઉપર લખ્યું તે પ્રમાણે દવાઓમાં, દારૂમાં અને એવીજ બીજી નિરૂપયોગી અને નુકશાનકારક વસ્તુઓ ખરીદવામાં આપણા હિંદુસ્તાનમાંથી દર વર્ષે કદાચ નહિ તો એક અબજ રૂપૈયા પરદેશ ઘસડાઇ જાય છે. અને પરિણામમાં પ્રજા અધિક અધિક નિર્ધન, નિર્બળ અને રોગી થતી જાય છે. થયેલા વ્યાધિ મટાડવા માટે, અને શરીરને નિરોગ અને બળવાન બનાવવા માટે દવાની બિલકુલ જરૂર નથી. એમ યુરોપ અમેરિકાના સેંકડો બલ્કે હજારો વિદ્વાન સુપ્રસિદ્ધ ડોકટરોનો અભિપ્રાય થતો જાય છે, અને તેથી સાધ્ય અને અસાધ્ય ગણાતા સર્વ વ્યાધિઓને કોઇપણ દવાના ઉપયોગ વિના માત્ર કુદરતી ઉપાયો વડેજ મટાડવા માટે તેઓએ સખ્યાબંધ સેનીટેરીયમો ઉઘાડ્યાં છે. અને ત્યાં હજારો બલ્કે લાખો દરદીઓ એકપણ દવા વાપર્યા વિના દરવર્ષે સાજા થાય છે દવાનો ઉપયોગ કર્યા વિના દરદીને સાજા કરવાની વિદ્યાને તેઓએ " નેચરોપથી " અથવા

નાંખી ખલ કરવો અને તેને પુટ આપવો. તેથી ભસ્મ નિશ્ચંદ્ર થાય છે. એ ભસ્મ સ્વભાવથી શીતળ છે તેથી સર્વ રોગ ઉપર યોજવી.

૯. અભ્રકભસ્મ કરવાની રીત—ધાન્યાભ્રક લઇ કાસવીંદાના રસમાં મર્દન કરવો. અને પુટ આપવો. એ પ્રમાણે દસ પુટ આપવાથી તેની ભસ્મ થશે. એ પ્રમાણે કેળના પાણીથી કિંવા તાંજળજાના રસથી પણ ભસ્મ થાય છે.

૧૦. એકતાલીશ પુટથી થનારી અભ્રકભસ્મ—ધાન્યાભ્રક લેઇ તેને ત્રણ દિવસ નાગરમોથના કાઢામાં અને પુનરનવા, કાસવિંદા, નાગવેલ, સુરો એ પ્રત્યેકના ત્રણ ત્રણ પુટ આપવા અને થોરનું દુધ, ગોખરુનો કાઢો, કૌવચનો રસ, શામલાના કાંદાનો રસ, શેરડીનો રસ એના પણ ત્રણ ત્રણ પુટ આપવા. પછી ગાયના દુધના આઠ પુટ અને દહીં ઘી, સાકર એ દરેકનો એક એક પુટ આપવો એટલે અભ્રકભસ્મ થાય છે. આ અભ્રક ભસ્મ સંપૂર્ણ રોગ નાશ કરે છે, યોગવાહક છે. અને સ્ત્રીઓનો દર્પ શાન્ત કરે છે. એ મૃત્યુનાશક, વૃષ્ય, આયુષ્ય આપનાર અને પ્રજાવૃદ્ધિ કરનાર છે.

૧૧. દશપુટી અભ્રકભસ્મ—શુદ્ધ અભ્રક (ધાન્યાભ્રક) ને આકડાના દુધમાં ખરલ કરી તેનો ગોળો બનાવવો તથા સૂકાવી તેના ઉપર આંકડાના પાંદડાં લપેટી સરાવસંપુટમાં બંધ કરી ગજપુટ આપવો. એમ સાત પુટ આપી પછી વડવાઇના ઉકાળાના ત્રણ પુટ આપવા ને ગજપુટ આંચ દેવી, જેથી ચલકાટ રહિત થશે. (જો તારાના ચમકારા જેવો ભાસ થતો જણાય તો તેને કાચી સમજી વધારે પુટ આપવા તો નિર્દોષ રાતી ભસ્મ થશે.)

૧૨. પાંચપુટી અભ્રકભસ્મ વજ્ર જાતના કાળા અભ્રકને શોધી બોરના ઉકાળામાં પલાળી વાટી તે અભ્રકથી અર્ધો સુરોખાર અને તે સુરોખારની બરોબર ગોળ મેળવી એકત્ર કરી ઘુંટી ટિકડીઓ કરી સુકવી સરાવસંપુટમાં મૂકી એક મહાપુટ આપવો. પોતાની મેળે સંપુટ ટાઢો થયા પછી ફરીને વડવાઇના ઉકાળાના ૪ પુટ ને ૪ ગજપુટ આપવા જેથી શુદ્ધ અભ્રકભસ્મ થશે.

૧૩. નાગરમોથ ૧ ભાગ, શુંઠ ૧ ભાગ, શુદ્ધ અભ્રક ૬ ભાગ લઈ કાંજી અને ચિત્રા મૂળના રસ સાથે આઠ પહોર ઘુંટી સરાવ સંપુટ કરી ગજપુટ આપવો. પછી ફરી ત્રિફળાના કાઢામાં ખરલ કરી ત્રણ પુટ આપવા. તથા બળબીજના પાંદડાંના રસના ત્રણ પુટ આપવા. અને ધોળીમુસળી, સૂરણના તેમજ તુલસીના રસના ત્રણ ત્રણ પુટો આપવા. જેથી શુદ્ધ અભ્રક ભસ્મ થશે.

૧૪ થોરનું દુધ, આકડાનું દુધ, ગોમુત્ર, બળબીજનો રસ, બ્રાહ્મીનો રસ, રૂદ્રવંતીનો રસ, તથા અરડુસો, ચિત્રામૂળ, સીમલો, ભૂરૂં કોહળું, દાડિમ, ગળજીભી, વનતુલસી. ગળો, શંખાવળી, દ્રાક્ષ, મૂળો, તુલસી, બોડીઓકલ્હાર, ભૂંય કોહળું, ઇંદ્રવરણું, જળભાંગરો, અને લસણ એઓના રસમાં તથા ત્રિફલા. જાવંત્રી, ગોખરુ, નાગરમોથ, કરમાળી અજમો ધાવડીનાં ફુલ, વરિયાળી અને ભીલામા એઓ દરેકના ઉકાળામાં ખરલ કરી જુદા જુદા સાત સાત પુટ દેવા, તે પછી વડવાઇનો ઉકાળો, કલ્હારનો રસ, કોહફળનો રસ,આમલીના ફુલનો રસ એઓની અંદર અલગ અલગ ઘુંટી વીશ વીશ પુટો આપી લીંબુના રસના પંદર પુટ દેવા. બાદ ગોળ ને ગાયનું દુધ એ બે કરી તેમાં ઘુંટી પંદર પુટ આપવા જેથી ચળકાટ રહિત સુંદર લાલ રંગની ભસ્મ થશે.

પ્રુમસિદ્ધ વઈદ જેઠાભાઈ જાદવજી શાહ કચ્છ માંડવી નાગલપુર વાળાનાં

અમુલ્ય ઔષધો.

અમૃતસજીવન ગોળીઓ.

શરીરના ગુપ્ત અવયવોની નસો શંકોચાઈ જવાથી પુરૂષત્વનો નાશ થાય છે, વીર્યનો નાશ થવાથી, ખરાબ સોબતથી, હસ્તદોષ, સ્વપ્નદોષ, કુચેષ્ટા તેમજ બીજા ઘણાં કારણોથી થએલ નામરદીનો નાશ કરી વીર્યને પુરતા જથામાં વધારી તાકત આપે છે. તેમજ સર્વે જાતના પ્રમેહના દરદોને મટાડી, લોહી સુધારી, વીર્યને ઘટ બનાવી, જ્ઞાન તંતુને સતેજ કરી, પેશાબમાં, સ્વપનામાં અગર બીજા કોઈ પણ કારણથી થતા ધાતુપાતને બંધ કરી ખરૂં અને કાયમનું પુરૂષત્વ આપે છે, વળી પાચનશક્તિ સુધારવી અને દસ્તને સાફ લાવવો એ તેના ખાશ ગુણ છે, રોગીને રોગથી મુક્ત કરનાર અને નિરોગીને દીરઘાયુ કરનાર આ એક ઉત્તમ ઔષધ છે. કીમત ગોળી ૪૦ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧.

સ્વદેશી મંજન.

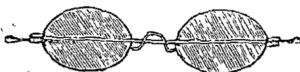
આ મંજન હમેશાં દાંતોને લગાડવાથી મોઢાના તમામ દરદોને મટાડી મોઢું સ્વચ્છ કરી દાંતોને મજબુત બનાવે છે, કીમત ડબી ૧ ના આના ૪.

દરેક દવાઓનું પોસ્ટેજ અને વી. પી. ખર્ચ જુદું પડશે.

મળવાનું ઠેકાણું—એસ. જે. વૈદ્યની કું.
કચ્છ માંડવી ઈસ્પીતાલ.



ખરા પેબલના ચસ્મા.



વિલાયતમાં પાસ થયેલા આંખના ડાકટર બળવંતરાય નરસિંહરાય કાનુગા એલ, એમ; એન્ડ એસ. અને એલ, આર, સી, પી, ને અમારે ત્યાં ડાકટરી ચસ્માની પેટીમાંથી આંખ તપાસી ચસ્માનો નંબર મફત કાઢવા માટે રોકવામાં આવ્યા છે. મોતીઓના ચસ્મા તથા કમ્પાઉન્ડ ગ્લાસ પણ અમારે ત્યાંથી દરેક જાતના મળે છે. સદ્‌ગૃહસ્થો તથા બાનુઓની સગવડ માટે ઘેર બોલાવવાથી ડાકતરી ચસ્માની પેટીમાંથી આંખ તપાસી ચસ્માનો નંબર મફત કાઢવામાં આવે છે. અમારે ત્યાંથી લીધેલા પેબલના ચસ્માનો નંબર એક વરસ સુધી પૈસા લીધા વિના ફેરફાર કરી આપવામાં આવે છે. એક વરસ પછી અમારે ત્યાંથી લીધેલા ચસ્મા અગર જુના પેબલના ચસ્માનો નંબર ફક્ત રૂપીઓ એક લઈ કાચ ફેરફાર કરવામાં આવે છે. ખાસ જૈનના સાધુ સાધવીઓના માટે નફો લીધા વિના ચસ્મા આપવામાં આવે છે.

એન હોલની સઘળી દવાઓ અમારે ત્યાંથી મળશે.

ચુનીલાલ મયાચંદ મહેતા—અમદાવાદ, ત્રણ દરવાજા નં. ૩૬૧૪.

તાવની રામબાણ દવા.

રૂ. ૧૦૦) ઈનામવાળી.

કોઈપણ જાતનો તાવ એટલે દાડવો, એકાંતરીઓ, ચોથીઓ, ઉનો, ટાઢીઓ ને ચાલતા જમાનાના નવી નવી જાતના ઉડતા તાવ અમારી દવાથી ન ઉતરે તો લીધેલા પૈસા પાછા આપીશુ. કોઇ એમ સાબિત કરી આપશે કે વૈદ્ય ગિરધરલાલ કહાનજીની દવાથી ચોથીઓ તાવ ન ગયો તો તેને રૂ. ૧૦૦ ઇનામ આપીશું ગોળી ૪૨ ની ડબી ૧ નો રૂ ૧-૦-૦.

પ્લેગની રામબાણ દવા.

પ્લેગથી બચવાંને સર્વોત્તમ આ ગોળી છે, પ્લેગની ખરાબ હવામાં નિરોગીને આ ગોળી એકદમ રામબાણની માફક આરામ કરી આપે છે. આ ગોળીથી અમે પ્લેગના ઘણા કેસો સુધાર્યા છે માટે પ્લેગથી બચવું હોય અને અમારી ઉપરની દવા વાપરી ખાત્રી કરવી હોય તેણે આ દવા ખરીદી રાખવી. ગોળી ૪૮ ની ડબી ૧ ની કિંમત રૂ. ૧-૮-૦

પરમીઆની રામબાણ દવા.

આ દવા તમામ જાતના પરમીઆ મટાડે છે ઇંદ્રિમા થતી બળતરા અને ચાલતુ પરૂ (રસી) બધ કરે છે, સોજો ઉતારે છે, ટીપે ટીપે આવતો પેશાબ સાફ લાવે છે, કળતર અને પેટનો દુખાવો મટાડે છે, નીચેની રગમા જે દરદ થાય છે તેને તરત આરામ કરે છે. તેમજ ધાતુ વધારી શક્તિ આપે છે અને માથાના દુખાવા મટાડે છે. યાને પરમીઆથી થએલ તમામ દરદોનો તાકીદે નાશ કરે છે. ડબી ૧મા ગોળી ૧૬ શીશી એકની કિમત રૂ ૨-૪-૦

ઘણા રોગોને જલદ આરામ કરનાર.

શક્તિ-સજીવન-વીર્યનો ઝરો.

કોઇ સખસ એમ સાબિત કરી આપશે કે આ દવામા શક્તિ લાવવાનો અને વીર્ય વધારવાનો ગુણ નથી તો તેને રૂ ૧૦૦) ઇનામ આપીશુ

કમતાકત થયેલ ઇંદ્રીયને તાકત આપી સતેજ કરવાનો શક્તિ-સજીવનમા ખાસ ગુણ છે. પેશાબમા, બગલમા, મોઢેથી અને ઇંદ્રીયથી જતી ધાતુ શક્તિ-સજીવન બધ કરે છે. નપુંસક થઈ ગયેલા મરદને શક્તિ-સજીવન પુરૂષાતન આપે છે બરડાની ફાટ, કમરનો દુખાવો, પગનુ કળતર, સધીવા, ક્ષય, જુનો મરડો, ખાસી, વાયુના રોગો, મદાગ્નિ, અજીરણ કબજીઆત પિત્તકબળી, કમળો, પિત્તપાંડુ, જીર્ણજ્વર વીગેરે ઘણા દરદોનો નાશ કરે છે સ્ત્રીના ગર્ભાશયના દરદો ને થતો ગર્ભપાત અટકાવે છે. વાઝણીને શક્તિ-સજીવનનુ સેવન કરવાથી (છોકરાની) પ્રાપ્તી થાય છે. શક્તિ-સજીવન ધાતુના તમામ દોષ મટાડી સ્ત્રી, પુરૂષ, બાળક અને વૃદ્ધને પુષ્ટ, તેજસ્વી, કાન્તીવાન, બળવાન બનાવે છે. ગોળી ૪૨ ની ડબી ના રૂ. ૨-૮-૦.

આ સિવાય તમામ દરદોની દવા અમારા ઔષધાલયમા મળે છે, જે વી પી. થી મોકલવામા આવશે પરદેશથી મગાવનારાએ નીચેને સરનામે જીલ્લો, તાલુકો, પોષ્ટઓફીસ સાથે પત્ર લખવુ જાતે લેનારને અમદાવાદમા ત્રણ દરવાજે માણેકનાલ ફકીરચદની દુકાનેથી લેવી

વૈદ્ય શા ગિરધરલાલ કહાનજી.

મુ. ધોળકા, જી. અમદાવાદ.

અથવા સુઘડતાના ફાયદા. (૨૪) આરોગ્ય જાળવવા રાખવી જોઈતી ખાસ સંભ ખોટી શરમના ગેરફાયદા. (૨૫) અટકાવ (રજોદર્શન). (૨૬) પતિને વશ કરવ વિદ્યા. (૨૭) '' કુસુમ ', (બોધદાયક વાર્તા.) (૨૮) પત્નીની પ્રતી પ્રત્યે ફરજ, પ પ્રેમ.' (૨૯) સપ્તપદી. ૩૦) ' સુનન્દા ' (બોધદાયક વાર્તા) (૩૧) તરૂણીઓની પગ પ્રત્યે વર્તણુક કેવી જોઇએ ? એ શાથી થવાય ? (૩૨) તરૂણીઓએ પાકશાસ્ત્રમા પ્રવી થવાની જરૂર, તે પર દેવું જોઇતું ધ્યાન અને ખોરાક માટે રાખવી જોઈતી સંભાળ. (આહાર વિહારમાં નિયમિતપણું જાળવવાની જરૂર (૩૪) તરૂણીઓને ઉઘમી થવાથી થ લાભ, આળસુ થવાથી થતા ગેરલાભ, અવકાશને વખતે શુ કરવું જોઇએ ? (૩૫) ત ણીઓએ રાખવી જોઇતી ઉમદા ગૃહવ્યવસ્થા. (૩૬) તરૂણીઓએ કરકસરથી રહેવાથી થ લાભ, દેખાદેખીથી દૂર રહેવું, 'સંતોષ એજ ખરૂં સુખ,' (૩૭) 'નર્મદા' (બોધદાયક વા (૩૮) તરૂણીએ એ સહવારમા વહેલા ઉઠવાથી થતો લાભ (૩૯) અનુકમ્પા (પરોપકાર કરવો એજ પુણ્ય અને અવરને દુઃખ દેવું એ જ પાપ. (૪૦) નારી નિત્ય ૧ લો, (૪૧) નારી નિત્ય પાઠ ૨ જો (૪૨) 'સુલક્ષણા' (એક પતિપ્રેમી બાળ અદ્ભુત પ્રેમચરિત્ર.)

જેઓ પોતાની સ્ત્રીઓને પુત્રીઓને, ભગિનીઓને નીતિનું, ઘરસંસાર ચલાવવા રીતિનું અને બચ્ચાઓને કેળવણી આપવાનુ પુર્ણ જ્ઞાન આપવા ઇચ્છતા હોય તેવા દ સજ્જને આ પુસ્તક ઘરમા રાખવાની આવશ્યકતા છે. કિમ્મત રૂપિયો સવા. પોસ્ટેજ જુ

REGISTERED, No B 775.

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાના નૂતન શોધખોળોના
ઉત્તમ રહસ્યોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતું લોકપ્રિય વૈદકીય માસિક

ધન્વંતરી.

DHANVANTARI

હરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.] માર્ચ. અંક ૩ જો.

સદ્ગત તંત્રી—ડૉ. મંજુલાલ ભોગીલાલ કંથારીઆકર.
એલ સી પી એસ એમ સી એચ સી (કલકત્તા)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મેસી-વીશનગર-ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોસ્ટેજ સાથે અગાઉથી ૨-૦-૦. છુટી નકલના ૦-૩-૦

સોરઠો.

મોજ મજાહમા રોજ, રહેવુ રોગમુક્તે થી રી,
મોજ સહિત પ્રતિરોજ, તો વાંચો ધન્વંતરી."

"શ્રી સત્યનારાયણ" પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ—[illegible]—અમદાવાદ.

અથવા સુધરતાના ફાયદા (૨૪) આરોગ્ય જાળવવા રાખવી જોઈતી ખાસ મ. ખોટી શરમના ગેરફાયદા (૨૫) અટકાવ (સ્નેહદર્શન) (૨૬) પતિને વશ વિદ્યા. (૨૭) 'કુસુમ' (બોધદાયક વાર્તા.) (૨૮) પત્નીની પતી પ્રત્યે ફરજ, ધર્મ' (૨૯) સપ્તપદી ૩૦) 'સુનન્દા' (બોધદાયક વાર્તા) (૩૧) તરુણીઓની પ્રત્યે વર્તણુક કેવી જોઇએ? એ શાથી થવાય? (૩૨) તરુણીઓએ પાકશાસ્ત્રમાં પ થવાની જરૂર, તે પેર દેવુ જોઇતુ ધ્યાન અને ખોરાક માટે રાખવી જોઇતી સભાળ (આહાર વિહારમા નિયમિતપણુ જાળવવાની જરૂર (૩૪) તરુણીઓને ઉદ્યમી થવાથી લાભ, આળસુ થવાથી થતો ગેરલાભ, અવકાશને વખતે શુ કરવુ જોઇએ? (૩૫) ણીઓએ રાખવી જોઇતી ઉમદા ગૃહવ્યવસ્થા (૩૬) તરુણીઓએ કરકસરથી રહેવાથી લાભ, દેખાદેખીથી દૂર રહેવુ, 'સતોષ એજ ખરુ સુખ, (૩૭) 'નર્મદા' (બોધદાયક (૩૮) તરુણીએ એ સહવાસમા વહેલા ઉઠવાથી થતો લાભ (૩૯) અનુકમ્પા પરોપકાર કરવો એજ પુણ્ય અને અન્યને દુઃખ દેવુ એજ પાપ (૪) નારી નિ ૧ લો, (૪૧) નારી નિત્ય પાઠ ૨ જો (૪૨) 'સુલક્ષણા' (એક પતીપ્રેમી બ અદ્‌ભુત પ્રેમચરિત)

જેઓ પોતાની સ્ત્રીઓને પુત્રીઓને, ભગિનીઓને નીતિનુ, ઘરસસાર ચલાવ રીતિનુ અને બચ્ચાઓને કેળવણી આપવાનુ પુર્ણ જ્ઞાન આપવા ઇચ્છતા હોય તેવા સજ્જને આ પુસ્તક ઘરમા રાખવાની આવશ્યકતા છે કિંમત રૂપિયો ૧ પોસ્ટેજ જુદુ

શ્રીમન્ત વડોદરા સરકારનાં કેળવણી ખાતાંએ શાળાઓમા
ઇનામ તથા લાઇબ્રેરી માટે મજુર કરેલુ
અતિ ઉપયોગી સર્વોપયોગી બાળહિતવર્દ્ધક પુસ્તક
'માતાફરજ" યાને "બાળકોપયોગી ઔષધ".

આ લઘુ પુસ્તકનો રા કેશવલાલ જેશકર ધોળકીયા, એલ એમ એન્ડ એમ ચ સ્ટેટ સર્જન રામપૂર સ્ટેટ (રોહિલખડ) રા વિરજી ઝીણા રા બ એલ એમ એન્ડ હાઉસ સર્જન જ્યુબિલિ હોસ્પીટલ જામનગર, રા પોપટ પ્રભુરામ, એલ એમ એન્ડ જે પી. સુપ્રિન્ટેન્ડેન્ટ આર્યન મેડીકલ કુલે મુબઇ રા લક્ષ્મીશકર લાલજી વ્યાસ, એલ એન્ડ એસ મેડીકલ ઓફીસર માણાવદર સ્ટેટ, રા માધવલાલ ડી ભટ્ટ ફર્સ્ટકલાસ હૉ ટલ એસિસ્ટટ ઇનચાર્જ ડિસ્પેન્સરી બગસરા, રા રતીલાલ આર બક્ષી એલ આર સી પી આર સી એસ (એડીન), એલ એફ પી એન્ડ એસ (ગ્લાસગો) રા ડી બી વ એચ. એ મેડીકલ ઓફીસર ઇન ચાર્જ ડીસ્પેન્સરી બોટાદ રા મુગટશકર આદિત્યરામ વૈદ્ય, વગેરેએ તથા અનેક વિદ્વાન ગૃહસ્થોએ અતિ ઉચ્ચ અભિપ્રાય આપેલા છે

આ નાના પુસ્તકના પ્રથમ ભાગમા 'માતાની પોતાના બાળક પ્રત્યેની સપૂર્ણ ફર અને બીજા ભાગમા 'બાળકોના અનેક રોગની પિછાન સાથે અખ્યાબધ દેશી લખી ઉપરાત ઉપયોગી 'વિશે માહિતી' આપવામા આવી છે (બન્ને ભાગ કિંમત—આના આઠ, પોસ્ટેજ જુદુ.

મુ. જેતપોર. (કાઠીવાવાડ)	એન. કે. વૈષ્ણવ, રાઇપિસ્ટ.

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાના નૂતન શોધખોળોના
ઉત્તમ રહસ્યોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતું લોકપ્રિય વૈદકીય માસિક

ધન્વંતરી

DHANVANTARI

દરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.] માર્ચ અંક ૩ જો.

મદ્દગત તંત્રી—ડૉ. મંજુલાલ ભોગીલાલ કંથારીઆકર.
એમ સી પી એમ એમ સી એચ બી (કલકત્તા)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મસી-વીશનગર-ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોસ્ટેજ સાથે અગાઉથી ૨-૦-૦ છુટી નકલના ૦-૩-૦

સોરઠો

મોજ મજાહમા રોજ, રહેવુ તેહ [illegible] થી રી
ખોજ મહિત પ્રતિરોજ, તો વાંચો "ધન્વંતરી."

"શ્રી સત્યનારાયણ" પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ—[illegible]—અમદાવાદ.

વિષયોની અનુક્રમણિકા.



"ધન્વંતરી" ઓફિસમાં મળતાં પુસ્તકોની યાદી.



ધન્વન્તરી.

SHRI DHANVANTARI

धन्वन्तरिं धृतकरामृत पूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकल सिद्धसुरेन्द्रवन्द्यम् ॥
वन्देऽरविन्दनयनं मणिमाल्यमायुर्वेद प्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમાં અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા પીળાં વસ્ત્ર ધારણ કરનારા, સર્વે સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક કમળ સરખા નેત્રવાળા મણિમાળાઓ પ્હેરી રહેલા આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક અને વળી જેમના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે એવા શ્રી ધન્વંતરી ભગવાનને હું નમન કરૂં છું

"MENS SANA IN CORPORE SANO   "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૩ જું.]   માર્ચ ૧૯૧૦.   [અંક ૩ જો.

नेचरोपथी संबंधमां निश्चयात्मक भविष्य वाणी.

(પ્રકાશક પૂર્ણચંદ્ર શર્મા)

[એક દિન એસા આવેગા એ રાહ.]

એક દિવસ એવો આવશે–!!!

ચૂપે સહુજન ચિત્તમાં, **નેચરોપથીનેજ ચાહશે**—એક દિવસ૦
ગોળી ઘસારા ચૂર્ણ ચાટણ, ઉકાળા આસવ ધૃતો,
તે તરફ તન મન વચનથી, બહુ બેવફાઇ બતાવશે   એક દિવસ૦ ૧
વળી ઘણાં માસ તણા ઘરો અને ગીચ વસ્તી છોડીને,
હિતપ્રદ હવા સુપ્રકાશમાં, રહી રોજ મૉજમાં મ્હાલશે એક દિવસ૦ ૨
સુચિ સૂર્યકિરણ સુયોગ તેમ, પાણી પવન પૃથ્વિ વળી,
કસરત મનોબળ આદિ **કુદરતી–અખતરા અજમાવશે.** એક દિવસ૦ ૩
સાદો ખોરાક ને શુધ્ધ જળ શુભ–ધ્યાન નિયમ ને ધારણા,
અહનિશિ લઇ ઉપયોગમાં, ગુલતાન થઇ દિન ગાળશે   એક દિવસ૦ ૪
ધન્વંતરી ફરી અવતરી કરી–બોધ કુદરતી નિયમના,
પ્રતિપળે તેજ પળાવવા, સહુને ફરી શિખવાડશે   એક દિવસ૦ ૫

have we not cursed each other instead? I cry unto you for life——will you give me death? I would make my womanhood a crown of glory to your life—your manhood to mine. Shall we allow the very life-essence of our being to be exhausted in sensual indulgence, till we lose the power to feel & appreciate a pure spiritual love? my heart is reaching out to you for life, at the same time that my body is suffering untold agonies from the outrages perpetrated on my nature to escape the anguish & horror of an unwelcome maternity; outrages which have poluted & humbled my soul, and nearly destroyed my body—all for your sake: that I might retain your love and respect.

I would rather lay down my life now than live without your love. Can we not love purely & nobly, without prostituting that love in mere sensual indulgence? My soul would rise & go to you as an inspiration from God; but I am suffering, and a realization of my present condition, my physical diseases, and mental anguish, and the knowledge that it was all caused by having maternity put upon me when I was not prepared joyfully to meet its trials & responsibilities, and the consciousness of the terrible outrages that I have been driven to perpetrate on myself and your unborn children, harden my soul, and lower me in my own opinion, so that I do now feel, *and shall yet more deeply feel, if this function is still to be* imposed upon me, that I am unworthy to appear in society. But for the consciousness that your passion has been, unconsciously & ignorantly, it may be, the primary cause of my misery & conscious degradation, I should scarcely dare to claim the right any more to rest in your bosom as your wife. We have both erred.

You love my person; you worship the *animal* in me. If you love not my mind, my heart & soul more, and feel not more reverence & worship for the God in me than for the animal——if I am unworthy & unable to meet the wants of your intellectual & spiritual nature, PERISH ALL OUTWARD BONDS! Tell me, have I no power to hold you by any

bonds but the sensualistic ! Has my soul no power over you ? It crushes me, and overwhelms me with conscious degradation, to feel that I have no power over your intellectual & moral nature; that you come to me, caress me, and call me WIFE, only that I may administer to your sensual pleasure, and that you have no fond regard and loving adoration for me, except for my mere outword, physical womanhood. I cannot live so, feeling that your presence & caresses are ever to be but a prelude to the surrender of my person to your animal passion.

I know I have powers of soul, which, if suffered to be developed, without this horrible crucifixion, might bless you. I will not yet believe that you will turn a deaf ear to this appeal of your wife, who as you know, has had and can have no life apart from you. I pray, with tears, that you will spare me from a maternity which my soul repudiates, and whose sufferings my body is not prepared to endure at present. You will not deny me this privilege, which, more than anything else, I ask of you.

To live as pure as my aspirations are, and have my life the natural outgrowth of the deep love which I feel & must express or die, would bring us both nearer heaven.

I cannot consent to have the woman, *the real soul-and-spirit woman* in me, obliterated. I cannot believe it is my destiny to have the *woman* expunged from my nature. I want to be a strong pure woman. I want to be lovely to you. Yet, heretofore, the strongest manifestations of love to you have, usually, had little other effect than to arouse your animal nature, and thus have been so turned, as to render me unlovely; for a wife must become unlovely & repulsive to her husband the moment he ceases to reverence her soul, and feels that she is to him but the means of mere sensual gratification.

You will acknowledge that there is a terrible wrong somewhere. May God show us a Moses to lead us out of this wilderness, this Egypt! You have often chided me for feeling unworthy of your love; reminding me how strange it was, since other & worthy men regarded me highly, and that I did not

feel myself unworthy *their* regard. Were there no abuse of our sexual nature, your tender & noble love would so elevate & concentrate the functions of my womanhood, that I should no more be tormented with that want of self-respect, which alone, ever causes me to doubt your love, and feel unworthy of it. I feel, at times, that love would not, could not, thus crush my womonhood; that it would by intuition, guide you in your passional relations with me, so as never to do a wrong or outrage to my nature, even unwittingly. The feeling which other men's regard awakens in me is not brought down and thus prostituted to sensual gratification, but is awakened only to vitalize and bless soul & body. Help me and save me, by your manly strength, even from myself!

My husband! you will, for *my* sake, for *your own sake*, for *our children's* sake, reflect on these things, and send me your reflections. You will respond to this appeal from:

Your Loving Wife.

सूक्ष्म जंतुओ शुं रोगने उत्पन्न करनारा छे?

(લેખક–તંત્રી.)



અસ્ત અને ઉદય એ આ સૃષ્ટિનો અચળ નિયમ છે. પ્રાતઃકાળમાં સૂર્યનો ઉદય થાય છે, મધ્યાન્હ કાળે તે પૂર્ણ પ્રકાશથી તપે છે, અને સાયંકાળે તેનો અસ્ત થાય છે. આ વિશ્વની દરેક વસ્તુને ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ ને લય છે. આ દ્રષ્યમાન જગતમાં એવી કોઇ ચીજ નહિં મળી શકે કે જેને આ અચળ નિયમ લાગુ નહિં હોય. પૃથ્વિ ઉપર જળની જગોએ સ્થળ થાય છે. દિવસ પછી રાત્રિ થાય છે અને રાત્રિ પાછળ દિવસ થાય છે. અસ્તોદયનું ચક્ર મહા વિસ્તાર પામેલા કુટુંબને નિર્વંશ કરી મુકે છે. અને નિર્વંશ થતાં એક રહી ગયેલા બાળકને મહા વિસ્તીર્ણ કુટુંબનો પિતા કરી દે છે. જે ક્ષત્રિઓ અને રાજપુત્રોએ આપણા આર્યાવર્તની ધરા ધમધમાવી મુકી હતી અને સામ્રાજ્યપદ્દી ભોગવી હતી, તેજ આર્યાવર્ત આજે દીન સ્થિતિમાં આવી ગયો છે. રોમનું રાજ્ય એક સમયે સંપૂર્ણ જાહોજલાલીમાં હતું તેજ રાજ્યની આજે પડતી જોવામાં આવે છે. આવા અનેક દાખલાઓથી સિદ્ધ થાય છે કે અસ્તોદયના કાળચક્રની ગતિમાં આ વિશ્વની દરેક વસ્તુ આવ્યા વિના રહેતી નથી. આ જ નિયમ વૈદકશાસ્ત્રને પણ હવે લાગુ થતો જણાય છે.

વૈદવિદ્યાનું મૂળ સ્થાન આર્યાવર્ત છે. ત્યાંથી વૈદકવિદ્યા યુનાનમાં અને તે પછી યુરોપ અમેરિકાદિ દેશોમા તે વિદ્યાનો ફેલાવો થયો હતો. એ વિદ્યાના હીમાયતિઓએ અનેક રોગીઓ ઉપર કાષ્ટાદિ અને ખનિજ પદાર્થોની દવાઓના અખતરા કરી અનેક ગ્રંથો રચેલા છે અને અમુક જાતના રોગો શરીરની વાઢકાપથી સારા થાય છે તે પણ બતાવવામા મણા રાખી નથી. પરંતુ હવે કાષ્ટાદિ અને ખનિજ દ્રવ્યોથી રોગો નાબુદ કરવાની રીતિ અત્યંત હાની કારક છે અને તેનાથી રોગો મટતા નથી એમ "નેચરોપથી" કુદરતી રોગોપચાર વિદ્યાના હેમાયતીઓ સિદ્ધ કરી આપવા લાગ્યા છે. હાલની વૈદક વિદ્યાના દવાના ઉપચારો, રોગના જે લક્ષણો રોગીને જણાતા હોય તે લક્ષણોનો નાશ કરવાના છે, કંઇ રોગને નાશ કરવા ના નથી રોગના એક જાતના લક્ષણોને ઔષધોથી નાશ કરવામા આવે કિંવા અદ્રષ્ય કરવામા આવે તો તેને બદલે તેજ રોગના બીજા લક્ષણો પેદા થાય છે એટલે રોગને નાશ કરવાનો ખરો ઉપાય તો કુદરતી ઉપચારોજ છે વળી કુદરતના નિયમોનું યથાવિધિ પાલન કરવામા આવે તો રોગ થવાનો જરાપણ સભવ નથી જો ઔષધોથી રોગો નિર્મુળ થતા હોય ને દિર્ઘાયુષ્ય પ્રાપ્ત થતુ હોય તો હાલના જમાનામા દિન પ્રતિદિન મર્ણની સખ્યા વધતી જાય છે તે કદી પણ વધત નહિ ને પ્લેગ જેવા દુષ્ટ વ્યાધિથી કરોડો માણુસનો નાશ થાય છે તે અટકયા વિના રહેત નહિ આ વાત સાંપ્રતકાળમા યુરોપ અમેરિકા ખંડના વિદ્વાનો પણ કબુલ કરવા લાગ્યા છે.

કુદરતી ઉપચારોથી રોગો કેવી રીતે મટાડવા તથા અટકાવવા એ સબંધી આ માસિકમા અમો વખતો વખત લેખો લખીએ છીએ. પરંતુ દીર્ઘકાળથી પ્રજા વર્ગનો દ્રઢ નિશ્ચય થયેલો છે કે દવા શિવાય રોગ કદીપણ મટેજ નહિ, એ નિશ્ચય ફરવાને હજુ ઘણો વખત લાગશે ત્યા સુધી દવાથી રોગો મટાડવાના ઉપાયો પણ જાણવાની જરૂર છે.

કુદરતિ ઉપચારથી રોગો મટાડવાની વિદ્યાનો પ્રચાર લોકોમા થવાથી વૈદકીય ધંધો કરનારનો ધંધો ભાગી પડશે અગર તેવા ઉપચાર કરનાર વૈદ, ડૉકટર, હકીમની જરૂર રહેશે નહિ એમ ધારવામા આવે તો તે ભુલભરેલુ છે. રોગનુ નિદાન કરવુ એજ કઠીણમા કઠીણ વિદ્યા છે. નિદાન બરાબર થાય તો તેની દવા કરવી ઘણી સહેલી છે, દરેક મહાન રોગનું નિદાન વૈદ ડૉકટર કે હકીમ શિવાય થવુ કઠીણ છે કારણ કે તે જ્ઞાન સપાદન કરવાને માટે એ વિદ્યાનો સપૂર્ણ અભ્યાસ કરવાની જરૂર છે એટલે કયા દરદ ઉપર કયો કુદરતી ઉપચાર કામે લાગશે તેની માહિતી એ વિદ્યાના કુશળ માણસ શિવાય બીજાને હોય નહિ એ ઉઘાડુ છે

પાશ્ચાત્ય પ્રજાઓમા દવાના દિવસો હવે ગણાઈ ચુક્યા છે એમ સમર્થ વિદ્વાનો કહે છે "શ્રી મહાકાળ" પત્રના તંત્રી શ્રીયુત છોટાલાલભાઇ જીવનલાલ લખે છે કે" પાશ્ચાત્ય પ્રજાઓમા દવાઓના દિવસો હવે ગણાઇ ચુક્યા છે" વીસમુ શતક જેમ જેમ આગળ વધતુ જાય છે તેમ તેમ સુધરેલી પ્રજાઓમાથી દવાઓનો પ્રચાર દિવસે દિવસે ઘટતો જાય છે વિદ્વાનો એવું અનુમાન કરે છે કે વીશ અથવા ત્રીશ વર્ષ પછી પૃથ્વિમા અજ્ઞાન મનુષ્યોજ મા। દવાઓનો ઉપયોગ કરતા રહેશે તે વિનાનો પ્રજાઓનો મોટો ભાગ આરોગ્ય માટે દવાઓનુ સેવન નહિ કરે, પરતુ આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવાના કુદરતી નિયમોનુંજ સેવન કરશે.

રોગમાં દરદીનું શરીર તપાસી તેમાં અમુક પ્રકારના જંતુની ઉપલબ્ધિ થવાથી એવું માનવા લાગ્યા છે કે એ જંતુઓ તેતે વ્યાધિનાં કારણ છે. જેમ જૈનના કોઈ કોઈ ગ્રંથમાં અહિંસાના અંગરૂપે જંતુઓના વિવિધ સૂક્ષ્મ ભેદ પાડવામાં આવેલા દેખાય છે અને તેથી એ ભાગને માત્ર જોનારને જૈનધર્મ તે એ જંતુમયજ ભાસે છે. તેમ આ જંતુ વિદ્યાનો પ્રચાર જોતાં એ વિદ્વાનોનાં મગજ હાલ એ જંતુમય જ થઈ રહેલાં દેખાય છે. જ્યાં ત્યાં જંતુની શોધ અને તે જંતુની લંબાઇ પહોળાઇ વિગેરેની અન્વેષણા થઇ રહી છે. છતાં એટલું થયા છતાં એ જંતુને કેમ મારવાં અને દરદીને કેમ નિરોગી કરવો એનું એકપણ ચોકસ સાધન શોધી શકાયું નથી. ગોશીતળા વિગેરેનો પ્રયોગ કરી તે જંતુને શરીરમાં દાખલ કરવામાં આવે છે અને શરીરને વિષમય કરી મુકવું એ એકજ પ્રયોગ આ ભગીરથ પ્રયત્નના હાસ્યજનક ફળ રૂપે જડ્યો છે; પણ શરીરને વિષમય કરવું અને પછી તે વિષની સામે ટક્કર લઇ શકે તેવું થયું છે એમ માનવું એના જેવી મોટી ભુલ એકે નથી. વ્યાધિમય રહેવું એને પ્રજા કોઈ દિવસ આરોગ્ય માને તેમ નથી. વ્યાધિ નહિં હોય અથવા નહિ થાય તેવી સ્થિતિ તેજ નિરામયતા છે. તેથી આ જંતુવિદ્યામાં અનેક વિદ્વાન પુરૂષો સંશય ધરનાર પણ થયા, અને તેમણે એ સંબંધમાં વસ્તુ સ્થિતિ શું છે તે જાણવા અનેક પ્રયત્ન કર્યા. આના પરિણામમાં એજ નિશ્ચયપર તેઓ આવ્યા છે કે આ જંતુ વિદ્યા એ ગાંડપણ શિવાય અન્ય કાંઇ નથી. વ્યાધિમાં જંતુ થાય છે એ વાત સિદ્ધ છે. પણ તે તે જંતુ તેને વ્યાધિનાં કારણ નથી, પણ તે વ્યાધિના પરિણામ રૂપ છે. છાણને થોડો વખત રાખી મુકીએ તો તેમાં સડો પેસે છે અને જંતુઓની પ્રતીતિ થાય છે. પણ એ જંતુઓને લીધે છાણમાં સડો પડે છે એમ માનનાર બુદ્ધિશાળી ગણાતો નથી. છાણમાં સડાનો પ્રવેશ પ્રથમ થાય છે અને સડો થાય છે તેથીજ તેમાં જંતુઓ ઉછરી શકે છે. સડો જ્યાંસુધી થતો નથી ત્યાંસુધી જંતુઓ તેમાં થઇ શકતા નથી. શરીરમાં પણ આજ સ્થિતિ થાય છે. ક્ષયના વ્યાધિમાં જંતુની વિદ્યાના જાણનારા જણાવે છે કે ફેફસાંમાં તથા આંતરડાંમાં જંતુઓ થાય છે અને એ જંતુઓ તેનો ક્ષય કરે છે. પણ આ તેમની ભ્રાન્તિ જ ગણાય છે. ક્ષય થવાનું ખરૂં કારણ અન્યજ છે. એ કારણનો વ્યાપાર થવાથી પ્રથમજ એ અવયવોમાં સડો પેસે છે. પણ વ્યાધિમાત્રમાં કુદરતનો કટાક્ષ નિરોગતા આણવાનો છે. શરીરનો સ્વભાવજ સદા નિરોગ રહેવા પ્રતિ છે. શરીર સદા રહે અને વ્યાધિમુક્ત રહે એ માટે શરીરની પ્રકૃતિ સદા—સતત પ્રયત્ન કરતી રહે છે. એ પ્રયત્નમાંજ એ સડો એકદમ તે તે અવયવને નિર્માલ્ય કરી નહિં દે તે માટે કુદરત પોતેજ એ જંતુઓને રક્ષક રૂપે ઉત્પન્ન કરે છે. આ જંતુઓ શરીરને ખાસ ઉપયોગી સત્વને ભક્ષણ કરતા નથી પણ શરીરમાં જે નકામો બોજારૂપ પદાર્થ વધ્યો છે કે જેણે સડો ઉત્પન્ન કર્યો છે તે પદાર્થને ભક્ષણ કરે છે. તેથી જન્તુઓની ઉત્પત્તિ એ સડાને દૂર કરવાનો કુદરતનો પ્રયત્ન છે. અને તેને લીધે જે જે ઔષધ એ જન્તુને મારવા અપાય છે તે સર્વ વ્યાધિને ચિરસ્થાયી કરી આરોગ્યને સદા માટે નિર્મૂળ કરનાર છે. વિશુચિકામાં આંતરડાંમાં સડો થાય છે તેથીજ ત્યાં અન્ય ઉપાય એ સડાને દૂર કરવા નહિ રહેવાથી, કુદરત એકદમ જંતુઓને ઉત્પન્ન કરે છે. ત્યાં જો એ જંતુને મારનાર ઔષધ આપવામાં આવે છે તો એ જંતુઓ મરી જાય છે. અને એ અપાતાં ઔષધમાં રહેલી અન્ય સ્વભાવને લીધે એ

થચિકાનાં ચિન્હો અપ્રતિત જેવાં થઇ રહે છે. છતાં જે સડો થયો છે, તે દૂર થયેલો હે હોવાથી એ સડો અન્ય રૂપે એ ચિન્હોને પ્રતિત કરાવે છે. વિશુચિકાની ચિકિત્સામાં બે દ્ધતિ ચાલે છે. (૧) ઝાડા ને ઉલટીને બંધ કરાવનાર ઔષધ આપવાં અને (૨) જુલા-માં-ઔષધ આપવાં, આ બેમાં પ્રથમ પ્રકારે ચિકિત્સા જ્યાં કરવામાં આવે છે ત્યાં દર-ને પાછળથી ઘણા દિવસ સુધી નબળાઇ રહે છે અને તેનું શરીર ઘણાં વર્ષો સુધી પણ સગે જર્જર થયેલું રહે છે. એથી ઉલટું બીજા પ્રકારે જ્યાં ચિકિત્સા કરાય છે ત્યાં દરદી-વિશુચિકા મટયેથી આવી અશક્તિ તથા ઉપદ્રવ પછીથી જણાતાં નથી. બન્ને પદ્ધતિ ક્ષના ડાક્ટરોમાં ચાલે છે, અર્થાત્ બન્ને માટે ડાક્ટરોની સમતિ છે બન્નેમાં આરામ વાનું પ્રમાણુ લગભગ સરખુ આવે છે, તો શું આ સ્પષ્ટપણે ઉપરના સિદ્ધાંતને સમર્થન રતું નથી? એ સ્પષ્ટપણે જણાવે છે કે જ્યાં વિશુચિકાને બંધ કરવામા આવે છે, ાં સડો માત્ર દાબી દેવામાં આવે છે. કુદરતના પ્રયત્નમા પ્રતિબંધ કરવામાં આવે છે, અને થી કુદરત તે સહન નહિ કરતાં એ સડાને પાછળની અશક્તિ અને વિવિધ વ્યાધિ રૂપે હાર કાઢે છે, અને એ સડાને બહાર કાઢવામાં આવે છે ત્યાં એ કારણ નિર્મૂળ થવાથી મેની પછીની અસર રહેતી નથી. આજ પ્રમાણે કવીનાઇન આપી જ્વરને દાબી દેવામા ાવે છે તે જ્વર પાછો ઘણીવાર દેખા દે છે. અને જ્વર આણનાર હેતુને જ્યાં નિર્મૂળ ાયુ છે ત્યાં એ જ્વર પાછો આવતો નથી. આ વિગેરે અનેક પ્રમાણોથી સિદ્ધ થાય છે **જ્યારે શરીરમાં સડો પ્રવેશે છે ત્યારે એ સડાને ખાઇ જવા કુદરત પોતે તુઓને જન્મ આપે છે, અને એ જંતુઓ તે દરદીના શત્રુ નથી,** પણ હિત-**ર હોવાથી મિત્રરૂપ છે.** આમ હોવાથીજ આખી હોમીયોપથી સંસ્થા આ જંતુવિદ્યા-આ ભેકાનું પ્રથમ પંક્તિનું ગાંડપણ સમજે છે."

અમેરિકાનો એક જાણીતો શોધક જે. પી. થીન રોગ જનક જંતુઓ વિષે એક ખમાં જણાવે છે કે:–

સૂક્ષ્મ જંતુઓથી થતાં દરદ સંબંધિ સવાલનું અવલોકન કરતાં નીચેની બાબતો ાનમા લેવા જેવી છે. સારું શુદ્ધ અને ઉત્તમ પ્રકારનું લોહી એજ સૂક્ષ્મ જંતુઓનો શ કરવાનો ઉત્તમ ઉપાય છે. તેથી જ્યાં સુધી શરીરની અંતર અને બહિર શુદ્ધિ હોય ત્યાં સુધી ચેપ લાગવાનો ભય રહેતો નથી. કારણકે આ જંતુઓ જે લોહીમા વિશેષ લીનતા હોય છે ત્યાંજ ઉત્પન્ન થાય છે અને રહે છે, પણ જે અતિઆહાર, અયોગ્ય હાર, અપૂરતો આહાર, આજુબાજુનું અનારોગ્ય વાતાવરણ અગર કોઇપણ તનું હદ ઉપરાંતનું ઉલ્લંઘન કે એવા બીજા કારણથી શરીર નબળુ પડી જાય છે અને ઉપયોગી મળ શરીરમાં ભરાઇ જાય છે, ત્યારે અમુક દરદના જંતુઓ જે ત્યાં હોય છે, જ દરદ દરદીમાં પહેલું શરૂ થાય છે. જો "ડિપ્થેરિયા" નામના કંઠનાં સોજાના ષિના જંતુઓ ત્યાં પહેલા આવે છે, તો દરદીને ડિપ્થેરીયા થાય છે. અને જો ટાઇફોઇડ ાર (વિષમ જ્વર) ના જંતુઓ ત્યાં પહેલા હોય છે તો વિષમ જ્વર લાગુ પડે છે. પણ દ રાખવું જોઇએ છે કે ત્યાં આથી પહેલાં મળ સંચિત થયેલો હોય છે, અને તેથીજ મ જંતુઓને પેદા થવાનું તેજ સ્થળ યોગ્ય બને છે. જેવા જંતુઓ તે સ્થળે એકઠા ય છે, એટલે પોતે એકના બે, અને બેના ચાર એમ વધીને તેઓની સંખ્યા હજારો

અને લાખોની બની જાય છે. જે વખતે દરેક સૂક્ષ્મ જંતુ પોતાનું વિષ ત્યાં એકઠું અને બધું વિષ એકઠું થવાથી તેનું બળ વધી જાય છે, તે એટલે સુધી કે મનુષ્યનું જીવન કરવાને તે પુરતું હોવા છતાં સ્થૂળ દૃષ્ટિથી તે અદૃષ્ય હોય છે. આ વિષ લોહીના ર શરીરના દરેક ભાગમાં દાખલ થઈ જાય છે, અને શરીરના દરેક સંચાને નબળો પા અને તેનો જો અટકાવ કરવામાં ન આવે તો મનુષ્યજીવનનો નાશ કરે છે. કારણ જંતુઓને પોતાની સંખ્યા વધારવા દેવાથી અને, શરીર અંદરથી વિષમય થવાથી શ ચૈતન્ય જડતાને પકડે છે, અને એ જડતા સૂક્ષ્મ જંતુઓને ઉછેરે છે અને વધારે અને આખરે શરીરનો નાશ કરે છે. પરંતુ કુદરતે લોહી અને ચૈતન્યમાં એવી મૂકેલી હોય છે કે તે શક્તિ વિષનાશક એટલે સૂક્ષ્મ જંતુઓના ઝેર દૂર કરી, એનો નાશ કરી શકે છે, આ વિષનો નાશ કરવાની શક્તિ શરીરના અંદરના ચૈત ભોગે થતું હોય એમ જણાય છે. એ હકીકતની સત્યતા એવી રીતે જણાઇ આવે જે લોકોના બાંધા ઘણા નબળા અને રોગગ્રસ્ત હોય છે, તેઓ ચેપી દરદોના ભોગ થઇ પડે છે, અને જે લોકોનાં શરીર શુદ્ધ અને નિરોગ હોય છે, તેને કાંતો રોગો લાગુ પડતાજ નથી, અગર જો થાય છે તો ઘણાજ નરમ રૂપમાં—પણ જો દરદી કોઇ ઉંટવૈદના પંઝામાં સપડાઇ જાય છે, તોજ તેનું દરદ વધી જાય છે. કુશ ડાકટરને તો આવા ચેપીરોગના ઉપાય જડી આવવાનો સંભવ છે. પહેલાં તો સંચિત થયેલો મળ (કે જેના ઉપર સૂક્ષ્મ જંતુઓનું રહેઠાણ હોય છે તે) અને જંતુઓ અને તેમનું વિષ જલ્દી ધોઇ નાંખવાને તેણે કુદરતને મદદ કરવી જોઇએ.

દરદીના શરીરને અંદર અને બહારથી જળ વડે અને બીજા ઉપચારો વડે મળ કરો. રોગનું મૂળ કારણ પણ દૂર કરવાની આવશ્યકતા છે. પરંતુ તમારા દરદીને થં લાગે તેવી રીતે સાવચેતી રાખવાની છે, અને તેના શરીરની સાધારણ ગરમી દરેક તેનામાં કાયમ રાખવા માટે સાવચેતી રાખવી જોઇએ. જ્યાં સુધી પાણી શરીરની જઇ મળને ધોઇ નાંખવાની ક્રિયા ન કરે, ત્યાં સુધી ગરમી જરા વધારે થાય તેથી નુક નથી અને તેથીજ તાવ ખસક જતો રહે છે. જ્યાં સુધી શરીરના રક્તમાં મળ વિષની હાજરી હોવાથી અરૂચી જણાય છે ત્યાં સુધી દરદીને ખોરાક આપવો નકામે એટલુંજ નહિ પણ તે આપવો એ જોખમકારક છે. દરદીને ખૂબ મીઠું નાંખેલા પાણ સ્નાન કરાવીને તેની તાકત ટકાવી રાખીને આખા શરીરને ધોઇ નાંખો અને પછી સંભાળથી અને લક્ષપૂર્વક ખોરાક આપી બળવાન કરવાના ઉપાયો લ્યો.

જંતુઓ નુકશાન કરતા નથી; પરંતુ ઉપયોગી છે, અને દવાથી તેમનો નાશ થતો એવો વિચાર ધરાવનાર એક અમેરિકન વિદ્વાન ડૉ. ફ્રેડરીક ડબ્લ્યુ બારી કહે છે કે; જંતુને ઇશ્વરે વાચા આપી હોત તો તે પોતાને મળતા અપમાન અને અન્યાય નીચે પ્રમાણે દલીલો સાથે પોતાનો બચાવ કર્યા વિના રહેત નહિ:—

"હું માત્ર એક 'જર્મ' એટલે સૂક્ષ્મ જંતુ છું. ખરેખર એક જર્મ જ!! જર્મનો શું જર્મનો નથી? દરેક મનુષ્ય અને નાનાં મોટાં પ્રાણી શું જર્મમાંથી જ નથી? ત્યારે તો હું કાંઈ નિર્જીવ નથી, પણ જીવનરૂપ છું. મારામાં સર્વ શક્તિ એમ સમજાવવાને ઘણું લંબાણ વિવેચન કરવાની જરૂર નથી. શાસ્ત્રો કહે છે કે "

બ્રહ્માંડે " As alove, so below " હું સર્વવ્યાપકના અનંત વર્તુળનું મધ્ય હું છું. અને મારામાં સર્વ સામર્થ્ય રહેલું છે

હા, તે સામર્થ્ય જીવનમય છે માણસો શા માટે એમ કહેતા હશે કે જન્તુઓ તો નેકરતા છે, અને તેથી તેમની સામે તો " જમીસાઇડ ' એટલે જન્તુનાશક દવાઓ વાપરવી જોઇયે ? શું તેઓ કબુલ કરતા નથી કે જન્તુમાંથીજ આખા વિશ્વની ઉત્પત્તિ જીવનતત્વનો તેઓ શી રીતે નાશ કરી શકવાના હતા ? અને તેમ કરવાની જરૂર | શી છે ? જન્તુઓનો સમુળો નાશ કરવાની ઉમેદ રાખનારા વિચારો કેવા પરસ્પર દ્વિ અને હાસ્ય ઉત્પન્ન કરે તેવા હોય છે

અમારૂં કામ આરોગ્ય અર્પવાનું છે—નહિ કે રોગ ફેલાવવાનું અમે તો જીવીશું જ, ને ખાઇશું અમે કશાનો નાશ કરતા નથી, પણ માત્ર પાચન કરીએ છીયે અમે જીવ ટકાવવા પ્રયત્ન કરીયે છીયે, પરંતુ પ્રતિકૂળ સંયોગોમાં અમારે નિરૂપયોગી તત્વોને કામહેનતે બાળી નાખવાની જરૂર પડે છે કદાચ આ કામ કરતા મનુષ્યોને અમે પીડા ર થઇ પડીયે છીયે, પરંતુ જો અમારૂં કામ અમને વિના હરકતે કરવા દેવામાં આવે તો અમે મનુષ્યોને સુખીજ કરીયે છીયે

અમે આશ્ચર્યકારી રીતે બુદ્ધિ અને આત્મબળને વધારનાર છીયે અપ૨ બુદ્ધિ ળો મનુષ્યો ફક્ત અમારા બહારના દેખાવનેજ જોઇને ભડકી મરે છે પરંતુ જાણતા થી કે જો મનુષ્યો અમારૂ ખરૂ સ્વરૂપ સમજવાનો પ્રયત્ન કરે તો તેઓની બુદ્ધિ પણ ધારે બળવાન થાય અને તેઓ કેવળ નિર્ભય બને

અમે કંઇ ભયંકર વ્યાધિ નથી અમને હલકામાં હલકા ગણો, તોપણ અમે મગ ાક કરનારા છીયે અને ઉંચા ગણો તો અખંડ જીવનતત્વ છીયે

ખરેખર અમે સર્વ પદાર્થના બીજરૂપ છીયે અને બ્રહ્મામાંથી ઉત્પન્ન થતા હીરણ્ય ર્ભ જેવા છીયે, કારણકે અમારામાંથીજ સર્વ ઉત્પન્ન થાય છે

આ વિશ્વના આદિ અંત પણ અમેજ છીયે કારણ કે સર્વ વસ્તુ અમારાથીજ ત્પન્ન થઇ અમારામાંજ વિરમે છે

પરંતુ તે વિરામ કાળે તેમાં સ્વભાનનો વધારો થયેલો હોય છે. અને તેજ જગતના ારરૂપ છે

મુર્ખ માણસોજ અમારી સામે લડવાની હિંમત કરે છે લોકો અમને શ્રાપ સમાન અને એક આપત્તિરૂપ ગણે છે આવું શા માટે થવું જોઇયે ? અમે તો આશીર્વાદરૂપ અને મહાકાળ સુખ આપવાવાળા છીયે અમારો કોઈ સમુળો નાશ કરી શકે તેમ નથી - ારણ અમે અજરામર છીયે અમે શબ્દબ્રહ્મના જેવા છીયે એમ કહીયે તોપણ ચાલે. કારણ જગતમાં પહેલી ઉત્પત્તિ અમારીજ થઇ હતી, અને તેથી અમે સર્વના પિતામહ છીયે

ત્યારે હવે પોતાને બુદ્ધિમાન ગણતા મનુષ્યોએ અમારી નિંદા અને તિરસ્કાર શા માટે કરવો જોઇએ ?

તમે પ્રેમને કયા ઓળખો છો ? આકર્ષણ અને પ્રીતિ એ શું જગતમાં જીવન તત્વનો અનાદિ સ્વભાવ નથી ?

શું મનુષ્યનું શરીર માત્ર ચામડીજ છે ? શું જગતના જાગ્રત અવસ્થાના ભાતમ મનનો અંત આવી જાય છે? શું જીવનની ઉંડાણમાં કોઇ વધારે સ્થાયી પાયો નહિ હે શું આ જગત માત્ર ભાસ રૂપજ છે ! શું તેના ઉત્પન્ન થવામાં કોઇ મહાન હેતુ અ સિદ્ધાંત અથવા કોઇ પવિત્ર નિયમ નહિ હોય ?

અરે ઓ મંદમતિ અને શ્રદ્ધા રહિત મનુષ્યો ! તમે પ્રેમરૂપ દિવ્ય રસાયનનો મારે ઉપયોગ કરી જોતા નથી ? તમારાં સર્વ દુઃખોનો આ એકજ ઉપાય છે.

શું તમે અમને જંતુઓને દુઃખરૂપ અને નીચા ગણો છો ? જો અમે નીચ હોઇએ તો અમે તમારા પાયારૂપ છીએ. અમારા વિના તમે ક્ષણ પણ ટકી શક બદલે ગગડી પડયા વિના રહો નહિ. જગતમાં જો કોઈ મજબુત પદાર્થ હોય તો અમેજ છીએ.

અર્ધ કેળવાયલા મનુષ્યોએ અમને બહુ ભયંકર નામો આપ્યાં છે, જેવા કે ' ટાઇફસ,' ' થાઇસીસ.' ' અલસે રસ '—અરે એ બધાં નામ દેતાં પણ અમને કંપ છુટે છે. તે ગંદા શબ્દો છે. પરંતુ અમે તો જીવવાનાજ. અમે તમને કહી ચૂકયા છી કે અમે અમરજ છીયે. અમારે તો ફરવાનુંજ જોઇએ છીએ, અમારે જ્યારે શરીરના કો ભાગમાં પુરાઇ રહેવું પડે છે ત્યારે તો તે સ્થળે અમે પીડા ઉત્પન્ન કરીએ છીએ પરંતુ તે વખતે જો અમને યોગ્ય મદદ કરવામાં આવે છે, તો અમે અંતે ફાયદો કરીએ છીએ.

તેથી અમે સર્વના મધ્યબિંદુરૂપ છીએ, એ વાત સાબિત થાય છે. જો કે અ દેખાવમાં નાના છીએ, તેથી અમને નકામા ગણી કાઢવાના નથી. સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ વસ્તુ મોટામાં મોટી વસ્તુ જેટલીજ અગત્યની છે. જગકર્તાની દૃષ્ટિમાં વ્યષ્ટિ અને સમષ્ટિ એ સરખી કિંમતનાંજ છે

અમારૂં કામ ઉત્પન્ન કરવાનું છે, નહિ કે નાશ કરવાનું. અમે કાંઇ ' નિહિલીસ્ટ' જેવા નથી; પણ સુખને વધારનાર છીએ."

खांडना उपयोगथी थती हानी.

(લેખક—તંત્રી.)



હાલના જમાનામાં કહેવાતા સુધારાનો પવન વાવા લાગ્યો છે. હાલના જમાનાના સુધારાનું ખાસ લક્ષણ કૃત્રીમતા છે. જે જે વસ્તુનું મૂળ રૂ બદલીને તેને કોઇ નવીન રૂપ આપવામાં આવે છે, તેતે વસ્તુના હાલના જમાનાના લોકો આદરીન થઇ જાય છે. આવા વર્તનથી કેટલી કવાર લાભ થાય છે, ત્યારે ઘણીવાર નુકશાન પણ થાય છે. જમીનમ દટાઇ રહેલી અને માટીમાં ભળેલી અનેક ધાતુ ઉપધાતુને ખોદી કાઢી કચરાથી તે જુદી પાડી, તેમાંથી અનેક તરેહનાં વાસણ તથા ખેતી વિગેરેનાં ઉપયોગી ઓજાર

બતાવવામા બુદ્ધિનો બહુ સદુપયોગ થયો છે, એમ સર્વ કોઇને કબુલ કરવું પડે છે. અને આવા બુદ્ધિના સદુપયોગ વડે મનુષ્ય જાતનાં સુખોનો વધારો થવો તેનેજ સુધારો કહી શકાય. પરંતુ સુધારાની સાથેજ ઘણીવાર કુધારાની પણ વૃદ્ધિ થતી આપણે ઘણીવાર જોઇયે છીએ. ધાતુઓ શોધી કાઢી તેમાંથી વાસણો, ખેતીનાં ઓજારો વિગેરે બનાવવા એ તો વાજબ છે, પરંતુ તેજ ધાતુઓમાંથી કટાર, તરવાર, ભાલા, બંદુક, તોપ વિગેરે બનાવી મનુષ્યોની અમુલ્ય જીંદગીઓનું સહેલાઇથી સંહાર કરવાનું કામ સરળ કરી આપવું, એ સુધારો નહિ પણ કુધારો, અને બુદ્ધિનો દુરૂપયોગજ છે. આ તો માત્ર એકજ દષ્ટાંત છે. પરંતુ વગર વિચારે કૃત્રિમતા ઉપરજ મોહી પડવું એ સલામતી ભરેલું નથી. કુદરત જે જે પદાર્થોને ઉત્પન્ન કરે છે, તે તે પદાર્થો હમેશાં અપૂર્ણજ હોય છે,-એમ માની લેવું એ કાંઇ યોગ્ય નથી. જો કે એ વાત ખરી છે કે કેટલીકવાર મનુષ્ય પોતાની બુદ્ધિવડે કુદરતી સાધનોમાં યોગ્ય ફેરફાર અને સુધારો કરી શકે છે, પરંતુ ઘણીવાર તો મનુષ્યો પોતાને કુદરતના કરતા વધારે ડાહ્યા માની લેઈ, તેના કાર્યમાં સુધારો કરવા જતાં ઉલટો બિગાડો જ કરે છે. આવા દાખલામાં તેમનું વર્તન ડહાપણ નહિ પણ દોઢ ડહાપણ યા તો મૂર્ખાઈ ભર્યુંજ કહેવાય. બીજી બાબતોનો વિચાર હાલ તુરત માટે બાજુપર રાખીયે, અને માત્ર ખોરાકની બાબતમાંજ જોઇયે તો આપણને જણાશે કે મનુષ્યો પોતાના આહારમાં સુધારો કરવા જતાં ઉલટા બિગાડોજ કરી બેઠા છે. છેક તુરતના જન્મેલા બાળકથી શરૂ કરીયે તો આપણને જણાશે કે બાળક જન્મે છે ત્યારે તેને જે જે રેચક દ્રવ્યો જે જે રૂપમાં અને જેટલા જેટલા પ્રમાણમાં પોષણની ચીજો સાથેજ આપવાની જરૂર હોય છે, તે તે સર્વ તત્વો બહુ ઉત્તમ રૂપમાં પ્રસુતા સ્ત્રી એટલે તુરતના જન્મેલા બાળકની માતાના ધાવણમાં રહેલા હોય છે. અને તેથી તેવી માતાનું ધાવણ ધાવનાર બાળકને બીજી કોઇપણ રેચક, સારક કે ઉત્તેજક દવા કે ચીજ લેવાની બિલકુલ જરૂર નથી. છતાં કુદરતની આવી અપૂર્વ યોજનાને નહિ સમજી શકનાર મનુષ્યો છેક નાનાં બાળકોને ગળગુથી અને પસારવામાં અનેક જાતની અલાબલા પાવરાવવાનું દોઢ ડહાપણ યાને મૂર્ખાઇ કરે છે.

યુરોપ વિગેરે દેશોની સ્ત્રીયો, અને તેમની પાછળ વગર સમજ્યે ધમલાવામાંજ સુધારો સમજનાર પારસી અને બીજી કેટલીક કોમની સ્ત્રીઓ કુદરતના અને આરોગ્ય શાસ્ત્રના ખરા નિયમોના અજ્ઞાનથી એવું માનવા લાગી છે કે, પોતાનાં બાળકોને ધવરાવવાથી શરીરના સૌંદર્ય અને યૌવનમાં ઘટાડો થઈ જાય છે, અને તેથી તેઓ પોતાનાં બાળકોને બીજી કોઇ ધાવના ધાવણ પર, અથવા ગાય, બકરી વિગેરે જનાવરોના દુધ ઉપર, અથવા તો "મેલીન્સફુડ," "નેસલ્સફુડ," "મીલોફુડ," "ફ્રેમફુડ" વિગેરે વિગેરે અનેક બાળકો માટે બનાવેલા બનાવટી ખોરાકો પર રાખવાનો પ્રયત્ન કરે છે. બીજી સ્ત્રીઓ જેઓ ઉપર પ્રમાણે પોતાનાં બાળકોને ધવરાવવાથી સૌંદર્ય ઓછું થવાની વાત માનતી નથી, તેઓ પણ બાળક ધાવતું હોય ત્યારે પોતાના ધાવણથી બાળકને નુકશાન ન થાય માટે, આહાર વિહારના જે જે નિયમો પાળવાની ફરજ પડે છે તે તે નિયમો પાળવાનું ઘણીવાર પસંદ કરતી નથી. અને તેથી પોતાનાં બાળકોને બીજાના દુધ ઉપર રાખે છે. આ સિવાય પણ વળી ઘણી સ્ત્રીઓ આરોગ્યશાસ્ત્રના નિયમોથી વિરૂદ્ધ વર્તવાથી પોતાનાં બાળકોને ધવરાવવાને અશક્ત બને છે, એટલે કે તેમને

પુરતું ધાવણ આવતું નથી. આવી સ્ત્રીઓ પણ આરોગ્યના ખશ નિયમો પાળી પોતાનું ધાવણ વધે તેવા ઉપાયો કરવાને બદલે પોતાનાં બાળકોને બીજાંના દુધ ઉપર કે બનાવટી ખોરાક ઉપર રાખે છે. તે વિના પણ વળી કેટલીક સ્ત્રીઓ પોતાનું દુધ રોગી છે એમ માની બાળકોને ધવરાવતી નથી. આવી સ્ત્રીઓ પણ જો યોગ્ય પ્રકારનો ખોરાક લે, અને તે સાથે આરોગ્યના બીજા પણ કેટલાક અગત્યના નિયમો પાળે તો તેમનું ધાવણ નિરોગ બનેજ એ વાત કેવળ બનવા જોગ છે. હવે આ પ્રમાણે વિવિધ કારણોથી જ્યારે માતાઓ બાળકોને પોતાનું ધાવણ ધવરાવવાને બદલે બીજાં પ્રાણીઓના દુધ પર રાખવાના 'સુધારા'ના ફંદામાં ફસાય છે, ત્યારે તેઓ એટલેથીજ અટકતી નથી પરંતુ તે દુધને વળી ઉકાળવાનું અને તેમાં ખાંડ, પીપર, જાવંત્રી, જાયફળ વિગેરે બાળકને હાનીકર ચીજો નાંખવાનું દોઢડહાપણ કરી પોતાનાં બાળકોને બહુજ નુકશાન પહોંચાડે છે. છેક નાનાં બાળકોને બીજાં પ્રાણીઓના દુધ ઉપર અથવા બનાવટી ખોરાક—"ફુડ"—ઉપર રાખવાથી બહુજ નુકશાન અને ઘણા દાખલાઓમાં તેમની જીંદગીનું જોખમ પહોંચે છે, એમ સર્વ સમજુ અને અનુભવી ડૉકટરોનો અભિપ્રાય છે, અને સરકારી જન્મમરણનાં દફતરો પણ તેજ વાતની સાક્ષી પૂરે છે. બીજા દેશોની વાત પડતી મૂકી આપણા ઇલાકાનીજ વાત કરીયે અને હાલનો તાજો દાખલો લેઇયે. ગઇ તારીખ ૧ લી ફેબ્રુઆરી સન ૧૯૧૦ ના રોજ **"ધી બાૅમ્બે સેનેટરી એસોસીએશન"** ની જે સભા મળી હતી તેમાં ડૉકટર **બી. પી.** ઘડીયાળીએ દુધ વિષે એક નિબંધ વાંચ્યો હતો, જેમાં તેમણે એવું જણાવ્યું હતું કે "ગયા વર્ષમાં ક્ષયથી મુંબાઇમાં ૪૬૭, અને એક વરષની ઉમરનાં બાળકોમાં ૮૦૩૦ મરણો નિપજ્યાં હતાં. એટલે કે **જેટલાં બાળકો જન્મ્યાં હતાં તેનો અરધો અરધ ભાગ પહેલા વરષમાં મરણ પામ્યો હતો.** બાળકોમાં આટલું મોટું મરણનું પ્રમાણ બહુજ ચોંકાવનારૂં છે. બચ્ચાંઓ માટે ચોખ્ખા દુધની ઘણી અગત્ય છે, પણ **હાલમાં તંદુરસ્તીખાતું યાને "હેલ્થ ડિપાર્ટમેંટ" તે માટે કંઇપણ કરી શકવાને અસમર્થ છે.** હાલમાં મલાઇ કાઢી, લેઇ પાણી ભેળેલું દુધ પુરૂં પાડવામાં આવે છે તેથી બાળકોના મરણનું પ્રમાણ વધતું જાય છે."

ડૉકટર ઘડીયાળીના ઉપર લખેલા શબ્દોમાં બહુ અગત્યનું સત્ય છુપાયલું છે. અને તે એ છે કે દર વર્ષે જેટલાં બાળકો જન્મે છે તેમાંનાં અડધો અડધ બાળકોને માત્ર એક વર્ષનું ટુંકું અને દુઃખમય આયુષ ભોગવી આ દુનિયાંને છોડી ચાલ્યા જવાની ફરજ પડે છે, અને આવું ભયંકર પરિણામ આવવાનું કારણ તે વિદ્વાન ડૉકટર જણાવે છે તેમ મલાઇ કાઢી લીધેલું અને પાણી ભેળવેલું દુધ છે. અને વધારામાં તેઓ કહે છે કે આ રીતે દર વર્ષે એકલા મુંબાઇ શહેરમાંજ હજારો બાળકોને મરતાં અટકાવવા માટે બાળકોને ચોખ્ખું દુધ પુરૂં પાડવા માટે હેલ્થ ડિપાર્ટમેન્ટ કંઇ પણ હાલ કરી શકે તેમ નથી. પરંતુ આ ડૉકકટરને કયાં ખબર છે કે ઘણાં મા બાપો પોતેજ ચોખ્ખા ગાય ભેંશના દુધમાં પાણી ભેળે છે, મલાઇ વિગેરે કાઢી લે છે અને તેમાં ખાંડ, જાવંત્રી અને અનેક જાતના ફુડની ભેળસેળ કરી પોતાનાંજ બાળકોને દરરોજ પાય છે. અને પરિણામમાં પોતાનાં બાળકોને માંદાં થતાં અને ઘણીવાર મરી જતાં પણ જુએ છે. આમ થવાનું કારણ અજ્ઞાન સિવાય બીજું કંઇજ નથી.

હાલના વખતમા બાળકોને પાવાના દુધમાં ખાંડ અથવા સાકર નાંખવાનો રિવાજ સર્વ જગાએ જોવામાં આવે છે. ખાંડ વગરનું દુધ તો બાળકોને ભાગ્યેજ પાવામાં આવે છે. એટલુંજ નહિ પણ બાળકને દાંત આવવા માંડે ત્યાર પછી તો તેને ખાવા માટે અપાતા પદાર્થોમાં પણ ખાંડનું પ્રમાણ સાધારણ રીતે બહુજ હોય છે. આ પ્રમાણે બાળકોને ખાંડ અથવા સાકર ખવરાવવાથી બહુ નુકશાન થાય છે, એમ હવે ઘણાએક પ્રસિદ્ધ વિદ્વાનો માનવા લાગ્યા છે. આવા વિદ્વાનોના ખાંડથી થતા નુકશાન સંબંધિના ચુંટી કાઢેલા અભિપ્રાયો અત્ર આપવા બેગીએ તોપણ ઘણાજ પાના ભરાઇ જાય તેથી હાલ તુરત તો અહિં માત્ર એકજ પ્રસિદ્ધ વિદ્વાન ડૉકટર ફ્રૅન્ક ફુલર એમ. ડી. ના આ સંબંધી બહુ ઉપયોગી વિચારો અને અનુભવ લખવાની રજા લેઇયે છીયે:—

" દુનિયાંની સંભાળ લેનાર માતાઓ છે, અને તેમનુ સંભાળ લેવાનું કામ પોતાનાં બાળકથી શરૂ થાય છે. ગમે તેટલી આયાઓ પોતાની હુશીયારી અને અનુભવનાં સર્ટિફીકેટ અને ડિપ્લોમાઓ સાથે આવે અને જાય, પરંતુ તેઓથી જે ન થઇ શકે તે કામ માતાના એક જાદુઇ સ્પર્શથી થાય છે. માતાનો સ્પર્શ વિજળીના ચમકારા જેવો છે, અને રામબાણ અસર કરે છે. માતાનો બદલો કોઇથી વાળી શકાતો નથી, તેમ જ્યાં સુધી માતૃત્વ પવિત્ર રહેશે ત્યાં સુધી બીજી કોઇ પણ ચીજ તેની ગરજ સારી શકશે નહિ. પરંતુ દિલગીરીની વાત છે કે વર્તમાન કાળની માતાઓમા અગાઉની માતાઓ જેટલો પ્રેમ પોતાનાં બાળકો તરફ જણાતો નથી, કારણ તેઓ પોતાના બાળકોના સારા ભવિષ્ય કરતાં પોતાની જાત અને પોતાના ક્ષણીક સુખને વધારે મહત્વ આપતી જણાય છે. પોતાની જાતના એહિક સુખના મોહમા પોતાના બાળકોની ભવિષ્યની જીંદગી સુખી અને ઉમદા કરી શકવાની પોતાની શક્તિ અને ફરજ પોતે વિસરી જતી ચણીનાર તેઓ દેખાય છે. ' સુધારા ' ના ખોટા ફંદમાં ફસાયલી આવી માતાઓ કરતાં તો " અમેરિકન ઇન્ડીયન " માતાઓ હજાર દરજ્જે ચઢીયાતી છે. આ માતાઓ પોતાનાં બાળકોને બીજા કોઈની સભાળ નીચે મૂકતી નથી. પોતાનાં બાળકો જ્યાં સુધી છેક બચપણમા હોય છે ત્યાં સુધી આ માતાઓ પોતાનું *જીવનજ આપીને તેમને જીવાડે છે અને પોષે છે*—અર્થાત્ પોતાનાજ રક્તમાથી બનેલા મિષ્ટ દુધનું પોતાનાં બાળકોને બધા દાંત આવી રહે ત્યાં સુધી, એટલે કે તેઓ ત્રણ વર્ષની ઉમરનાં થાય ત્યાં સુધી, સ્તનપાન કરાવે છે. જ્યારે બાળકના દરેક જડબામાં દસ દાંત દેખાય છે, અને આગલા દાંતવડે કાપવાનું રાક્ષસીઓ વડ ચીરવાનું, અને દાઢો વડે ચાવવાનું કામ બરાબર કરી શકવાને બાળક યોગ્ય થાય છે, ત્યારેજ આ નિરોગ માતાઓને ધાવણ આવતું બંધ થાય છે, અને બાળક પોતાનાં બીજાં કુટુંબીઓ સાથે તેમના જેવોજ ખોરાક ખાવા લાગે છે. બાળકને ધાવણ " છોડાવવું " એટલે શું, તે આ અમેરિકન ઇન્ડીયન માતાઓ બિલકુલ જાણતી નથી અર્થાત્ સુધરેલા ગણાતાં દેશોમાં જેમ બાળકોને માતાનું ધાવણ ધાવતું જોર જૂલમથી બંધ કરી, તેને દરેક જડબામાં પુરેપુરા દશ દસ દાત આવતાં પહેલા ખોરાક ખવરાવવાની કુદરતના નિયમ વિરૂદ્ધ ફરજ પાડવામાં આવે છે, તેવી મૂર્ખાઇ આ માતાઓ બિલકુલ કદી પણ કરતી નથી. જો કોઇ કારણસર બાળકને દાત મોડા ફુટે છે, તો ધાવણ ધવરાવવું પણ તેટલો વધારે વખત ચાલુ રાખવામા આવે છે.

કર્નલ વિલીયમ એફ. કોડીની મહેરબાનીથી સન ૧૯૦૮ ની વસંતરુતુમાં 'મેડીસન સ્કવેર ગાર્ડન' માં ભરાયલા પ્રદર્શન વખતે મેં જે જે તપાસ કરી તે ઉપરથી અને આગળ જણાવી ગયેલ હકીકત ઉપરથી મને બહુ નવાઇ લાગે છે કે સુધરેલા ગણાતા દેશોમાં કુદરત વિરૂદ્ધના રિવાજો કેમ ચાલુ રહેતા હશે. આ પ્રદર્શનમાં કેટલાંક અમેરિકન ઈન્ડીયન કુટુંબો તેમનાં છોકરાં છૈયાં સાથે રહેતાં હતાં જેમના રીત રિવાજ વિષે બારીક તપાસ કરવાની મને રજા મળવાથી, મને કેટલીક બહુ અગત્યની બાતમી મળી આવી. મારો સારામાં સારો બાતમીદાર મી. ચીફ આયર્નટેલ હતો, જે દરેક રીતે એક મજબુત માણસ છે. અમે એક દુભાષિયા મારફત વાત કરી હતી, અને દુભાષિયો મારે શું શું હકીકત જોઇતી હતી અને મારે શું શું વાતો શીખવા જેવી હતી તે તે સર્વ સમજતો હતો. છતાં કેટલીક હકીકત જે મારે જોઇતી હતી તે તે મને મેળવી આપી શક્યો નહિ. દાખલા તરીકે જ્યારે મેં પુછ્યું કે તમારા લોકો સાધારણ રીતે કેટલું આયુષ્ય ભોગવે છે? ત્યારે મને જવાબ મળ્યો કે સો વરસ. વળી જ્યારે મેં પુછ્યું કે તમારા લોકોમાં નાનાં બાળકો મોટી સંખ્યામાં મરણ પામે છે કે કેમ? ત્યારે જવાબમાં તેઓએ કહ્યું કે કવચિત, થોડાં બાળક ઉનાળામાં મરી જાય છે. આવા જવાબ ઉપરથી એ સ્પષ્ટ થાય છે કે Law of Average એટલે "સરાસરી" એ શું છે તેનો એ લોકોને બિલકુલ ખ્યાલ નહોતો, અને તે સમજવાની તેમને જરૂર પણ પડતી નથી. તેજ પ્રમાણે વળી બાળકોને "ધાવણ છોડાવવું એટલે શું? અર્થાત્ બાળકને દરેક જડબામાં દસ દસ દાંત આવી રહ્યા પછી તેમને જૂલમથી ધાવણ શી રીતે મુકાવવું તે તેઓ સમજતાજ નહિ હોવાથી તેમની ભાષામાં આ ક્રિયા માટે શબ્દજ નથી.

એક ખાસ વિષય ઉપર મી. ચીફ બહુજ ભાર મુકતો હતો, અને તે બાબત બાળકોને ખાંડ અથવા સાકર ખવરાવવા વિષેની હતી. બાળકોને અમેરિકન ઈંડીયનો એક રતીપુર ખાંડ પણ ખાવા દેતા નથી, અને તેથી ખાંડ વિષેનો પોતાનો તિરસ્કાર દર્શાવતાં મી ચીફે બહુ કંટાળાભરેલું મુખ કરી નાપસંદગીના ઉદ્ગાર કાઢ્યા. બાળકોને ખાંડ ખવરાવવાનો વિચારજ તેને ક્રોધાવીષ્ટ કરી દેતો. ખાંડ બાળકોને નહિ આપવાનું કારણ તેણે એવું જણાવ્યું કે તે ચીજથી દાંત ખવાઈ જાય છે, અને બાળકો "માંદાં થાય છે." આ પ્રમાણે તેણે કરેલો ખુલાસો બરાબર છે કે કેમ તેની ખાત્રી કરી જોવા મેં એક મોંઢામાં પાણી લાવે તેવો સુંદર સાકરનો કટકો બાળકો તરફ ધર્યો ત્યારે મારા તરફ ઘુરકીયાં કરતો મને જાણે પુરો કરવાની તૈયારીજ કરતો ન હોય તેમ તે મારા પર તાકીને જોવા લાગ્યો. જાણે કોઇ ભયંકર ચીજથી બાળકોનું રક્ષણ કરવા ઇચ્છતો હોય તેમ તે બાળકોની આગળ આવી ઉભો રહ્યો, અને શું થાય છે તેની રાહ જોવા લાગ્યો. ક્ષણભર તો હું તેનો મિત્ર છું એ વાત પણ તે ભૂલી ગયો. તેના મતને હું કેવળ મળતો છું, અને લોકોને ખાંડના વ્યસનથી મુક્ત કરાવવા માટે મારી જીભ અને કલમનો હું છુટથી ઉપયોગ કરૂંછું, તે વાતની તેને ખાત્રી કરાવી આપવાની મેં તુરતજ તજવીજ કરી, મેં તેને શાન્ત કર્યો.

એક ડાક્ટર તરીકે સંખ્યાબંધ બાળકોનાં મોંઢાં ખોલીને અંદરથી જોવાનો મને લાગ મળેલો છે, અને તેથી અનુભવ સાથે હું કહી શકું છું કે, આ અમેરિકન ઇન્ડીયન

નોના બાળકોના મુખમા જેવા ઉત્તમ અને કોઇ પણ ખોડ ખાપણ વિનાના પુરેપુરા દુધીમા દાત હતા તેવા, બીજા કોઇ બાળકોના જોયા નથી તેમના દાતને સાફ રાખવા માટે બ્રશ, દાતણ કે બીજી કોઇ ચીજનો કદી ઉપયોગ કરવામા આવ્યો નહોતો છતા તે કેવળ સ્વચ્છ, બરાબર ગોઠવાયલા, મજબુત અને સુદર હતા. માત્ર ખાડનો કેવળ ત્યાગ કરવાથી-જ તેમના દાતનુ રક્ષણ થયુ હતું.

મને ઘણીવાર પુછવામા આવે છે કે, ખાડ શી રીતે દાતનો નાશ કરે છે? જવાબમા હુ સ્પષ્ટરીતે જણાવું છુ કે ખાડ જ્યાં સુધી ખાડનાજ રૂપમા સુકી રહે છે ત્યા સુધી કઇ નુકશાન કરતી નથી કારણકે સુકી ખાડમાં તમે જો કદી એક દાતને વર્ષો સુધી દાટી મૂકો, તોપણ તે દાતને જરા પણ નુકશાન થશે નહિ. અને તે ઘણો જ અગત્યનો છે-"પણ" જો તેજ ખાડમા તમે થોડુક પાણી રેડો અને પછી તેમા એક મજબુત દાત નાખી તેને જરા હુફવાળી જગાએ એક માસ રાખી મૂકો તો પછી તે દાત એટલો તો ખવાઇને પોચો થઇ જાય છે કે એક નાનું બાળક પણ તેને ચપટીમા દબાવીને ભુકો કરી નાખે. આમ થવાનુ કારણ એ છે કે ખાડનુ ગળપણ બદલાઇને તેમાથી ઍસીડ બને છે, અને આ ઍસીડને લીધે દાતમા રહેલો ચૂનો ઓગળી જાય છે. હવે ખાડમા પાણી ભળવાથી જ્યારે આવુ પરિણામ આવે છે, ત્યારે જો તેજ ખાડ મોઢામા જાય અને તેમા પાણીને બદલે થુક ભળે તો તે બેના મિશ્રણથી અને શરીરની ગરમીની મદદ મળવાથી ઍસીડ બહુ જલદી પેદા થઇ દાતને નુકશાન કરતા થઇ પડે તેમા શી નવાઈ? ખાડનો ઉપયોગ નહિ કરનાર જગતના સર્વ પ્રાણીઓને મરતા સુધી સારં દાત પથ્થા જગરના જેવાને તેવા હોય છે, ત્યારે ખાડનો ઉપયોગ કરનાર મનુષ્ય-પ્રાણી બહુ નાની ઉમરમાજ બોખલુ બની જાય છે દાત વહેલા પડી જવામા ખાડ કેટલો અગત્યનો ભાગ ભજવે છે તેનો ખ્યાલ વાચકો આ વાત ઉપરથી પોતાની મેળેજ કરી લેશે.

હવે આ બિચારા અજાણ અમેરીકન ઇન્ડીયનો જેઓ આપણી લેખનકળાને કાળા કાળા મકોળ, અને રાતી રાતી ઝીમોલો' ગણી કાઢે, તેઓને આતર પ્રેરણાથી એક આગ્લ કવિવર કહે છે તેમ, વહેતા ઝરણામા પુસ્તકો દેખાય છે (i. e they find "books in the running brooks") અર્થાત્ તેઓ જો કે આપણા રસાયણાદિ શાસ્ત્રો અને "એસીડ' શુ તે સમજતા નથી તો પણ સ્વાભાવિક પ્રેરણા અને અનુભવથી એ સત્ય સિદ્ધાત તેમને સુઝાયેલ જણાયો છે કે "ખાડ બાળકોના દાતનો નાશ કરે છે, અને તેમને માદા કરે છે" તેઓના અભિપ્રાય પ્રમાણે સારા દાત અને ખાડનો ઉપયોગ એ બે પરસ્પર વિરૂદ્ધ ચીજો લામો કાળ સાથે રહીજ શકે નહિ.

આ લોકોની પાસેથી 'સુધરેલા' દેશોના માબાપોને એક બહુજ અગત્યનો પાઠ શીખવાનો છે અમેરીકન ઇન્ડીયન લોકો જાણે છે કે બાળકોના નાજુક દુધીયા દાત ખાડના ઉપયોગથી જલદી નાશ પામે છે. અને તેથી તેઓ પોતાના બાળકને કે મોટા માણસને તે વસ્તુ બિલકુલ ખાવા દેતા નથી વળી તેઓનો અનુભવ છે કે ગળ્યા પદાર્થો બાળકોને માદા કરે છે, અને તેથી તેવા પદાર્થોનો ઉપયોગ તદન બધ કરે છે. સુધરેલા દેશોની કેટલી માતાઓ આ બાબત પર વિચાર સરખો પણ કરે છે? આપણા સુધરેલા દેશોમાં કેટલા પિતાઓ સાકર કે ખાડ જેવી હાનીકારક ચીજથી પોતાના બાળકોનુ રક્ષણ કરવા

ખાતર ક્રોધ સહિત સજ્જ થઇ ઉભા રહે છે? બાળકો માટેના ખોરાક, જેને "ઇન્ફન્ટ્સ ફુડ" કહેવામાં આવે છે, તેવા "ફુડ" બનાવનારાઓમાંથી કેટલા એવો વિચાર કરે છે કે, તેવા ખોરાકો-બનાવતી વખતે તેમાં ખાંડ કે ગળપણનું મોટું પ્રમાણ ઉમેરીને પોતાના બનાવટ લોકપ્રિય કરવા જતાં, અને તે ખોરાકો પાણીમાં સહેલાઇથી ઓગળી જાય તેવ કરીને માતાઓ અને 'નર્સ'ની મહેનત ઓછી કરી આપવાનો પ્રયત્ન કરવા જતાં, તેઓ કુદરતના ખરા કાયદાનું કેટલા પ્રમાણમાં ઉલ્લંઘન કરે છે? બિચારા અશિક્ષિત ઇન્ડીયન જેટલું ડહાપણ તેઓ કેમ વાપરી શકતા નહિ હોય?

બાળકોને કેટલા ગળપણની (અને તે ગળપણ બનાવટી ખાંડ સાકરના રૂપમાં નહિ પણ કુદરતી રૂપમાં) જરૂર છે, તે વાતનો નિશ્ચય મનુષ્યો કરતાં કુદરત વધારે સારી રીતે કરી શકે તેમ છે. પરમેશ્વરે સર્વ બચ્ચાંઓને જેટલા ગળપણની જરૂર હોય તેટલુંજ ગળપણ તેમની માતાઓના દુધમાં મૂકેલું હોય છે. આ રીતે જોતાં સ્ત્રીઓના ધાવણમાં આપણને સેંકડે માત્ર સાત ટકાજ ગળપણ માલુમ પડે છે. પ્રોફેસર કૉનીગે પચાસ સ્ત્રીઓનાં ધાવણનું પૃથક્કરણ કરી જોયું તો તેને જણાયું કે સ્ત્રીઓના ધાવણમાં સરાસરી ૬૮૬/૧૦૦ ટકા ગળપણ હોય છે. બાળકોને ખવરાવવામાં કે પાવામાં વપરાતા જે જે પદાર્થોમાં સાત ટકા કરતાં ગળપણનું પ્રમાણ વધારે હોય તે તે સર્વ પદાર્થો બાળકોની હાની કર્તાજ નિવડે એ વાત નિર્વિવાદ રીતે આ ઉપરથી સાબિત થાય છે. બજારમાં મળતા કેટલાક બાળકો માટેના ખોરાક અને સાધારણ રીતે બાળકોને પાવામાં આવતું દુધ આપણે તપાસી જોઇશું તો આપણને જણાશે કે કેટલાક ઉપર કહેલા ખોરાકોમાં પચાસ ટકા એટલે-અરધો અરધ ભાગ, અને દુધમાં પણ ઉમેરેલી ખાંડનો બહુજ વધારે ભાગ હોય છે.

ગળ્યા પદાર્થો—બનાવટી ખાંડ નાંખેલા પદાર્થો—બાળકોને દરેક રીતે નુકશાનકારક છે, માટે તેવા ખોરાક તેમને ખવરાવવા ન જોઇયે. આવા ખોરાકથી બાળકોના દાંતને નુકશાન થતું હોવાથી તેમનું ભવિષ્ય બગડવા સંભવ છે. દાંત પડી જવાથી મોંઢાનો દેખાવ બગડી જાય છે. દાંત પડી જવા પછી જડબાનો ગોળ ઘેરાવો જોઇયે તેટલો પહોળો રહેવાનું સાધન જતું રહે છે, અને તે ઘણીવાર સંકડાઈ જાય છે, અને તેથી જ્યારે દુધીયા વીસ દાંતને બદલે જાથુના બત્રીસ દાંત ઉગે છે ત્યારે તેમને માટે પુરતી જગા રહેતી નથી, અને કેટલાક આગળ નિકળી આવે છે, અને કેટલાક અંદર પેસી જાય છે, અને કોઈ કોઇ જગાએ બે દાંત સાથે ફુટે છે. આવી રીતે મુખની શોભામાં હમેશને માટે બિગાડો થાય છે. નાનપણમાં ખાંડના હદ ઉપરાંત ઉપયોગનુંજ આ પરિણામ છે.

ગળપણ એટલે બનાવટી ખાંડ ખાધાથી દાંત ખરાબ થાય છે, એટલુંજ નહિ પણ શરીરના દરેક સ્નાયુ, કુર્ચા, અસ્થિબંધન અને હાડકામાં પણ બિગાડો થાય છે. શરીરનાં હાડકાં ખાંડ સાકરના ઉપયોગથી પોચાં રહે છે, અને સ્નાયુઓના રેસાઓ ચરબીથી ભરાઇને ફુલે છે, અને રાંટા વાંકા સુંકા પગ બને છે, તથા બીજી કેટલીક હાડપિંજરની વિકૃતિ થાય છે.

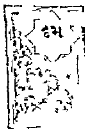
ખાંડ ખાવાથી આટલુંજ નુકશાન થાય છે. એમ નથી પણ ભવિષ્યમાં થનાર પ્રજાનો બાંધો પણ માતાની ખાંડ ખાવાની ટેવથી નબળો અને રોગી થાય છે, અને જાડી ખાંડ ખાનારાં છોકરાંને મધુ પ્રમેહનું ભયંકર દરદ લાગુ પડવાનો બહુજ સંભવ છે. નાનપ

માં અતિશય ગળપણુ ખાવાની આદતથી મોટપણે પણુ ગળ્યા પદાર્થ ખાવા તરફનું વલણુ દૃઢ થાય છે, માણુસમાં સાદી, અવિકારી, સ્વાદ પારખવાની શક્તિ અને કુદરતી અને લાભ કરનાર પદાર્થો ઉપરનીજ રૂચી હોવાની બહુજ અગત્ય છે. નિરોગ અને સ્વાભાવિક શરીરની પુષ્ટતાજ જરૂરની છે, તેને બદલે ચરબીથી શરીર ફુલાવી આળસ વધારી પછી તે આળસને દૂર કરવા અનેક જાતના માદક પદાર્થોનો ઉપયોગ કરવો એ કેવળ ગેર સમજ ભરેલું છે. ખાદ. શરીરને અસ્વાભાવિક રીતે જાડુ કરવામા મદદ કરનાર હોવાથી હાનીકારક છે. બાળકોની શરૂઆતની જીંદગી વિષે આપણે બહુ સભાળ અને દીર્ઘદૃષ્ટિ વાપરવાની જરૂર છે માતાઓએ અહી યાદ રાખવાની જરૂર છે કે તેઓ જે ખોરાક ખાય છે, તેના સત્વથીજ તેમના બાળકોનુ શરીર બધાય છે. ઉત્તમ આરોગ્ય વધારનાર ખોરાકથી પોતાને અને બાળકને લાભ થાય છે, હાનીકારક ચીજો ખાવાથી પોતાને અને પોતાના પ્રિય બાળકોને નુકશાન થાય છે. વળી માને માટે જે ઉત્તમ ખોરાક ગણાય તેજ બધા દાત આવેલા બાળક માટે પણ ઉત્તમ ખોરાક ગણાવો જોઇએ આહાર વિહારમા એકજ મોટી ભૂલ જે માતા કરે છે તો તેથી બાળકની જીંદગી એટલી ઓછી થાય છે, અથવા તો તેની આખી જીંદગી દુખી થાય છે. કાટાના ઝાડમાંથી દ્રાક્ષ મળે નહી માતા પોતાના બચ્ચાને વાસ્તે ગળ્યો પદાર્થ પસદ કરે છે. કારણુ કે તુરત ગળી જાય તેવો હોવાથી તુરત તૈયાર થાય છે જેથી માતાની મહનત ઓછી કરે છે. પણુ બચ્ચાને જાડા અને નબળા બાંધાવાળું બનાવે છે. જે બચ્ચુ ચાલાક હોય છે તેજ દુનીયામા આગળ જાય છે અને જાડુ હોય છે તે ત્યાજ બેસી રહે છે. સાદો ખોરાક ગળ્યો કે ઉત્તેજક ન હોય તેજ લેવાનો નિયમ રાખવો જોઇએ અને આ નિયમનો કોઈ કાળે ભગ કરવો નહી.

दम–श्वास–हांफण.

(લેખક–ડૉ મહાદેવપ્રસાદ, ઇ. એમ. ઇ, એન ડી)

વ્યાખ્યા.



અથવા શ્વાસ એ છાતી અથવા ફેફસાનું એક દરદ છે આ રોગમા શ્વાસ એટલો તો ઝડપથી ચાલે છે કે છાતી ઉછળે છે, અને ધભરાટ થાય છે. શ્વાસ લેતા મૂકતા ઘણીજ અડચણુ પડે છે. શ્વાસનળી અને ફેફસામાના વાયુપુટના તાણુ જેવી સંકોચક ક્રિયા થવાથી બહારથી હવા અદર જઇ શકતી નથી, અને માહેની હવા સહેલાઇથી બહાર આવી શકતી નથી

ચિન્હ અથવા લક્ષણો.

કેટલીક વખત આ દરદ શરૂ થવા પહેલા બદહજમીની પેઠે થયા કરે, છાતીમાં ધભરાટ થાય, અને આળસ તથા ઉંઘ ઘણી આવે છે. પરતુ કેટલીકવાર તો કોઇપણુ પ્રકારની ખુપી ચેતવણી આપ્યા વિનાજ આ દરદ ઉપડી આવે છે ઘણી વેળા રાત્રે આ રોગનો

ઉપાડ થાય છે; અને તેથી દરદી ભર ઉંઘમાંથી એકાએક રાતના બે ત્રણ વાગ્યે જાગી ઉઠે છે, તેને છાતીમાં ધભરામણ માલૂમ પડે છે, અને અકળામણને લીધે બારી બારણાં બધાં ઉઘાડી નંખાવે છે, અને શ્વાસ છુટથી લેવાને તરફડીયાં મારતો આજારી બારી તરફ ઘણીવાર દોડે છે, જેમ જેમ દમ જોરથી ચાલે છે, તેમ તેમ છાતી વધારે ઉછળે છે, દરદીથી બિલકુલ સુવાતું નથી, અને તેથી કલાકના કલાક સુધી તેને પથારીમાં બેસી જ રહેવું પડે છે. કોઇ કોઇ વાર રોગી છાતીની બાજુપર બન્ને હાથ દાબી રાખી શ્વાસ લેવા મથે છે, કેટલીક વખત વળી તે પોતાની જાંગ પર હાથ મૂકી આગળ નમીને દમ લે છે, અથવા તો બહુ ગભરામણ વખતે દરદી પથારીમાંથી ઉઠી કોઈ ખીંટી ખુરશી કે ખાટલાની પીંગથ પકડી શ્વાસ લેવા માટે તરફડીયાં મારે છે. હવા અંદર જતી વખત ફેફસાંમાં તાંત અથવા કફ ભરાઈ રહેલ હોવાથી અવાજ નીકળે છે. જો દરદનું જોર વધારે હોય છે તો રોગીના ખભા ઉંચકાય છે, જાણે બગાસાં ખાતો હોય તેમ મોઢું ઉઘાડું રાખે છે, આંખો પહોળી ફટારેલી અને કશુ તાકીને જોતી હોય તેવી જણાય છે, મુખાકૃતિ વિક્રાળ અને હોઠ કાળા પડી ગયેલા દેખાય છે, અને ધભરામણ બહુ થવાથી કપાળ પર પરસેવાનાં બિંદુઓ બાઝે છે. કેટલીકવાર શરીર થંડું પડી જાય છે, તથા નાડી નબળી અને અનિયમિત ચાલે છે. ઘણીવાર તો વળી સાજી હાલતમાં શ્વાસોશ્વાસ જેટલા ચાલતા હોય છે, તેટલાજ દમના ઉપાડ વખતે પણ ચાલે છે, પરંતુ શ્વાસ અંદર જવાનો વખત બહુ ઓછો થઈ જાય છે, અને પ્રશ્વાસ એટલે બહાર નિકળતા શ્વાસનો વખત નિરોગ સ્થિતિના કરતાં બે કે ત્રણ ગણો વધી જાય છે. આ દરદનો હુમલો અરધા કલાકથી માંડીને કોઇ કોઇ વાર તો કદાચ દિવસો સુધી ચાલુ રહે છે. દમના ભયંકર દરદને કદી નહિ જોયલા માણસને દમનો દરદી દેખીને એમજ લાગશે કે દરદીનો હમણાં પ્રાણ જશે; પરંતુ આવી રીતે એકાએક મરણ ભાગ્યેજ નિપજે છે.

ઉપર વર્ણવ્યા પ્રમાણે દરદનો હુમલો થોડી મીનીટ અથવા કેટલાક કલાકો સુધી ચાલે, પછી ધીમે ધીમે નરમ પડવા માંડે, અને છેવટે એકાદ બગાસું કે ઓડકાર આવી અથવા થોડો બલગમ પડી પછી દરદ તદ્દન બેસી જાય છે. પરંતુ તે પાછું બીજી રાત્રે થઇ આવે અથવા દહાડાઓ કે મહિનાઓના વચ્ચે અંતર પડ્યા પછી તે દેખાવ દે છે. જો કે સાધારણ રીતે આ દરદ બાળકોને ઉપડી આવ્યા પછી બહુજ થોડી મીનીટમાં મટી જાય છે, પરંતુ તેમને તે ફરીથી જલ્દી ઉપડી આવવાનો બહુજ સંભવ છે. મોટાં મનુષ્યોને પણ જો આ વ્યાધિ લાંબો કાળ લાગુ રહે તો તેઓનું શરીર લેવાઇ જાય છે, અને તેમની છાતીનો દેખાવ અને ચહેરો એવો તો બદલાઇ જાય છે, કે સાધારણ માણસ પણ તેમને જોતાંજ કહી શકે કે તેઓ દમથી પીડાય છે. ઉપર કહ્યું તેમ આ વ્યાધિથી દરદીનું એકાએક મરણ તો નિપજતું નથી, પરંતુ તેની જીંદગી બહુ દુઃખમય બની જાય છે.

કારણો.

હવે આવો દુઃખદ વ્યાધિ મનુષ્યોને લાગુ પડવાનાં શાં શાં કારણો છે તેનો વિચાર કરવાની જરૂર છે. આ સંબંધમાં પ્રખ્યાત ડૉકટર ટરનર નીચેના અગત્યના વિચારો જણાવે છે:—

" શ્વાસ અથવા દમના વ્યાધિનુ ખરૂ કારણ શુ છે તે વિષે જુદા જુદા ડૉક્ટરો વચ્ચે બહુ મતભેદ જોવામા આવે છે. એક વિદ્વાન ડૉક્ટર જ્યારે એમ જણાવે છે કે કફની શરીરમા વૃદ્ધિ થવાથી વિકાર ઉત્પન્ન થઇ આ રોગનુ બીજ રોપાય છે, ત્યારે બીજો વળી એમ માને છે કે ફેફસાને વિસ્તૃત અને સકોચિત કરનાર જ્ઞાનતતુઓમાથી ચેતન ઓછુ થઇ જવાથી શ્વસન ક્રિયા બરાબર ચાલી શકતી નથી જેને દમના નામથી ઓળખવામાં આવે છે

ત્રીજો ડાક્ટર વળી એમ પ્રતિપાદન કરે છે કે દમ લેવા મૂકવાનુ કામ ચલાવનાર " ડાયાફ્રામ ' એટલે " ઉરોદર પટલ " નામનો પડદો જે શ્વસન ક્રિયામા એક ધમણની ગરજ સારે છે, તે પડદાની ઉપર નીચેની નિયમિત ગતિમા બિગાડ થઇ નિર્બળતા આવવાથી દમનો રોગ લાગુ પડે છે, પરતુ આ રોગથી પીડાતા અનેક દરદીઓને સારા કરવામા મને જે ઉપાય કામે લાગ્યો છે, તે ઉપરથી આ રોગનુ ખરૂ કારણ શોધી કાઢવાને હુ ફતેહમદ નિવડ્યો છુ. દમથી પીડાતા ઘણા ખરા દરદીઓમા જોવામા આવે છે તેમ જ્યારે મોટા આંતરડાનો આડો ભાગ (Transverse colon) મળથી ભરાઇને નિરોગ હાલતના કરતા બમણા કે ત્રમણા કદનો વધીને થઇ જાય છે ત્યારે ઉપર કહેલા " ડાયાફ્રામ " અથવા " ફેફસાની ધમણ " ઉપર તેનુ દબાણ થાય છે, અને તેમ થવાથી તે પડદાને ઉચા નીચા થવાની જગા જોઇએ તેટલી મળતી નથી, જેના પરિણામે હવા લેવા મૂકવાના જ્ઞાનતતુઓ તરફથી મળતા હુકમ પ્રમાણે ફેફસા કામ કરી શકતા નથી અને નિરોગ રહેવા માટે દરેક અવયવને પુરતી કસરત મળવીજ જોઇયે, નહિ તો તે તે અવયવ નિર્બળ બની જાય. એ શારીર શાસ્ત્રના અગત્યના અને જાણીતા નિયમ પ્રમાણે ફેફસા અને " ડાયાફ્રામ " એટલે ઉરોદર પટલ અશક્ત અને રોગી બને છે આ ઉપરથી એજ સિદ્ધ થાય છે કે દમનો વ્યાધિ થવામા ઘણીવાર મોટા આંતરડામા બહુ મળ એકઠો થવો એજ હોવાથી કુદરતી સાધનો વડે તે મળને કાઢી નાખી મોટા નળને સાફ કરવો, અને એ રીતે ફેફસા અને " ડાયાફ્રામ " ને હાલવાની પુરતી જગા આપવી એજ આ વ્યાધિ મટાડવાનો ખરો અકસીર ઉપાય છે આ વાતનો યથાવિધિ અનુભવ કરી જુઓ અને તે વાતની તમારી ખાત્રી થશે "

આજ વિષયમા એક બીજો વિદ્વાન ડૉક્ટર રિચર્ડસન કહે છે કે –

" દમના વ્યાધિનુ ખરૂ સ્વરૂપ એવુ જણાય છે કે બારીક શ્વાસનળીઓના સ્નાયુઓ તાણની માફક વારેવડીએ બહુ સકોચાઇ જવાથી ફેફસાના ઉંડાણના ભાગમા હવા વિના અડચણે જવી જોઇયે તેમ જઇ શકતી નથી આ પ્રમાણે તે નળીઓ સકોચાવાનુ કારણ તે જગાના જ્ઞાનતતુની પરોક્ષ અસર છે આ જગાના જ્ઞાનતતુઓના કેન્દ્ર બધા મગજમા આવેલા છે, જ્યાથી બધા જ્ઞાનતતુઓ ઉપર હકુમત ચલાવવામા આવે છે હવે દમના વ્યાધિમા ફેફસાની શ્વસન નલિકાઓને સકોચનાર જ્ઞાનતતુઓનુ જે કેન્દ્ર (Vagus center) મગજમા આવેલુ છે, તે વિકારી રૂપમા બાળકોને તેમના માબાપ તરફથી વારસામા મળે છે એમ માનવાને પણ કેટલાક કારણો છે આ રોગનો એક એક હુમલો થવાના કારણોમા પ્રથમ તો લોહીનો બિગાડ થવો એ છે લોહીમા ભળેલા કેટલાક હાનીકારક તત્વો ઉપર કહેલા " વેગસ સેન્ટર " નામના જ્ઞાનતતુના કેન્દ્રને અયોગ્ય રીતે

પાઠ કરશે તેનાં સર્વ શારીરિક અને માનસિક દુઃખોનો સમૂળો નાશ થઇ, પૂર્ણ આરોગ્ય અને આયુષ્ય ભોગવી, વ્યાવહારિક પારમાર્થિક કર્તવ્યોને સરળતાથી સાધવાને શક્તિવાન બની અંતે પરમ સુખને પામશે.

પ્રકરણ ૧ લું—પ્રકાશ અને રંગ. *

(तमसो मा ज्योतिर्गमय) (બૃહદારણ્યકોપનિષદ્.)

બહિર જગતની મનોહરતા અને ખુબીને ખુલ્લી કરનાર પ્રકાશ છે, અને તેમ છતાં સર્વ ચિત્તાકર્ષક દેદીપ્યમાન વસ્તુઓમાં પ્રકાશ સર્વોત્કૃષ્ટ છે. પ્રકાશ સુંદરતા આપનાર, સુંદરતાને પ્રકટ કરનાર અને જાતે પણ સૌંદર્ય સ્વરૂપ છે. પ્રકાશ પૃથક્કરણ કરનાર, સત્યને પ્રકટ કરનાર, અને ઢોંગ–ચોરી–ઠગાઇ–લુચ્ચાઇ–છળ–વિગેરેને ઉઘાડાં પાડનાર છે. કારણ કે પ્રકાશ દરેક વસ્તુના ખરા રૂપને ખુલ્લું કરે છે. પ્રકાશની અગણીત રશ્મિઓ અથવા કિરણો અગાધ વ્યોમના અપાર અંતરને ભેદીને કરોડો યોજન દૂર રહેલા તારાઓમાંથી આવીને દૂરદર્શક યંત્રની મારફત આપણી આંખને ભેટે છે. સાદી આંખે આપણે ઝીણામાં ઝીણી જેટલા કદની વસ્તુ જોઇ શકીયે તેના કરતાં પાંચ કરોડ ગણી ઝીણી ચીજને પણ પ્રકાશનાં કિરણો સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રની નલિકા મારફત પ્રવેશ કરીને આપણને આબેહુબ દેખાડી શકે છે.× બીજી સર્વ સૂક્ષ્મ શક્તિઓની માફક પ્રકાશનું વહન આશ્ચર્ય ઉપજાવે તેવી શાંત અને મૃદુરીતે થાય છે, છતાં તે બહુ ભેદક અને પ્રબળ હોય છે. પ્રકાશની જીવનદાયક અસર સિવાય વનસ્પતિ, પ્રાણીઓ, અને મનુષ્યો તત્ક્ષણ નાશ પામે, અને જ્યાં ત્યાં પ્રલય વરતી રહે.

પુરાતન કાળમાં લોકો એવું માનતા હતા કે પ્રકાશ આંખમાંથી નિકળીને વસ્તુઓ ઉપર પડે છે, પરંતુ હાલતી શોધો પ્રમાણે તો એથી ઉલટુંજ સાબિત થાય છે. એવી રીતે કે સુર્ય, ચંદ્ર, કે દીપક વિગેરેમાંથી નિકળતાં પ્રકાશનાં કિરણ વસ્તુઓ ઉપર અથડાઇને ત્યાંથી પરાવર્તન પામી જ્યારે આપણી આંખ ઉપર પડે છે, ત્યારે તે વસ્તુઓ આપણને દૃષ્ટિગોચર થાય છે. ઇતિર દેશના પુરાતન ઇતિહાસ તપાસતાં પણ આપણને જણાય છે કે આર્કિમેડીઝ (Arcoimoles) નામના વિદ્વાને સૂર્યકાન્ત (Burningeloss) ની મદદથી રોમન દરિયાઈ કાફલાને સાઇરેક્યુઝ આગળ આગ લગાડી હતી. આ વાત જરા પણ અસંભવિત નથી. કારણકે હાલ ફ્રાન્સમાં એક વિદ્વાને ફક્ત સૂર્યના પ્રકાશથીજ ચાલતું રેલવે એન્જીન બનાવ્યું છે. તેજ પ્રમાણે જેઓએ અમદાવાદ શહેરમાં થોડા વર્ષ

---

*" વર્ણોપચાર વિદ્યા " અથવા રંગ અને પ્રકાશ વડે રોગ મટાડવાની કળા એક શાસ્ત્ર છે, અને તેથી વ્યાધિ નિવારણ કરવા માટે તેનો કેવી રીતે ઉપયોગ કરવો તે સમજાવતા પહેલાં "પ્રકાશ" અને "રંગ" એ શું છે? તથા જુદી જુદી જાતના પ્રકાશ—જેવા કે સૂર્ય, ચંદ્ર, વિજળી વિગેરેમાંથી નિકળતા પ્રકાશના ગુણમાં શો શો ભેદ રહેલો છે? તે વાત "સાયન્સ" ને આધારે સમજાવવાની જરૂર છે. તેથી આશા છે કે વાંચકો ઉપાયો માટે અધીરા નહિ બનતાં આ ભાગ ધ્યાનથી વાંચશો.

× એક લંડન શહેરના સૂક્ષ્મદર્શક યંત્ર બનાવનારે અત્યંત ઝીણી ચીજોને પાંચ કરોડ ગણી મ્હોટી કરી બતાવનારૂં યંત્ર થોડાંક વર્ષ ઉપર બનાવ્યું હતું. અને હવે તો એના કરતાં પણ વધારે સારાં યંત્રો બીજા કેટલાક બનાવ્યાં છે.

ઉપર ભરાયલી કોંગ્રેસના ઔદ્યોગિક પ્રદર્શનમાં એક "ભાનુતાપયંત્ર" નામની જુક્તિથી સુર્યનાં કિરણો વડે તળાતાં ભજીયાં અને પુરી વિગેરે જોયાં હશે, તેમને પ્રકાશનાં કિરણોની પ્રબળ શક્તિનું ભાન થયા વિના નહિંજ રહ્યું હોય.

રંગ એ શી વસ્તુ છે, તે વિષે હવે થોડુંક વિવેચન કરવાની ખાસ જરૂર છે, પ્રકાશ સફેદ કિરણમાં સાત જાતના રંગ રહેલા હોય છે, તે વાત ઘણાઓના જાણવામાં ભાગ્યેજ હશે. પરંતુ આ વાતની ખાત્રી કરવામાટે ઘણો શ્રમ કરવો પડે તેમ નથી. રોશની કારખાના બીલોર કાચના ઝુમ્મરોને શોભા માટે લટકાવવામાં આવે છે તેવા પહેલદાર એકાદ સફેદ હીરા (Prism) ને જો સુર્યના તડકામાં ધરવામા આવે તો સુર્યનું સફેદ કિરણ તેમાં થઇને પ્રસાર થતાં, તે કિરણના સાત ભાગ થઇને સાત રંગો દેખાય છે. જે એક પછી એક નીચે લખ્યા પ્રમાણે અનુક્રમવાર ગોઠવાયલા હોય છે

(૧) જાંબુ રંગ	(૩) આસમાની અથવા વાદળી.	(૫) પીળો.
(૨) ગળીયલ	(૪) લીલો.	(૬) નારંગી.
(૭) લાલ અથવા રાતો.		

આ ઉપરથી જણાય છે કે સર્વ જાતના રંગ વસ્તુઓમાં રહેલા નથી, પરંતુ પ્રકાશના સફેદ કિરણમાંજ રહેલા છે સુર્યના એકજ સફેદ કિરણમાં સાત જાતના રંગ રહેલા છે, એ વાત સૌથી પહેલ વહેલી શોધી કાઢનાર આર્યાવર્તના બહુ પુરાણા કાળના રૂષિ મુનિઓજ હતા એમ રૂગ્વેદ આદિ ગ્રંથો તપાસતાં ખાત્રી થાય છે. કારણ સુર્યની શક્તિ અને પ્રકાશને જગતમાં પ્રસરાવનાર અને તેનો પ્રભાવ સર્વને પ્રગટ કરનાર કિરણો હોવાથી, શાસ્ત્રોમાં સુર્યના રથના અશ્વની ઉપમા કિરણને આપવામાં આવી છે, એટલુંજ નહિ પણ તે એકજ શ્વેત કિરણમાં સાતરંગ છુપાયલા હોય છે એ વાતને સારી રીતે જાણનાર રૂષિઓએ તે અશ્વરૂપી કિરણને સાત રંગ રૂપી સાત મુખની ઉપમા આપી છે. અર્થાત્ સુર્ય ભગવાનના સાત મુખવાળા જે ઘોડાનું વર્ણન આપણે રૂગવેદાદિમાં વાંચીએ છીએ તે આ સાત રંગોના મિશ્રણથી બનેલું પ્રકાશનું કિરણ જ હોવું જોઇયે એમ માનવાને હરકત નથી, એટલું જ નહિ પણ શાસ્ત્રોમાંથી તે વાતનું સમર્થન કરે તેવા બીજા પણ કેટલાક પુરાવા મળી આવે છે, એમ વિદ્વાન પંડિત ગુરૂદત્ત વિદ્યાર્થિ એમ. એ. નો મત હતો અને તેવાજ વિચાર બીજાં પણ કેટલાક વિદ્વાનોના છે

હવે જગતમાં વિવિધ વસ્તુઓ તરેહ તરેહના રંગવાળી શાથી દેખાય છે, તે જાણવું જરૂરનું છે. ઉપર કહી ગયા તેમ સાત જાતના રંગોના મિશ્રણથી બનેલું સફેદ પ્રકાશનું કિરણ જ્યારે અમુક વસ્તુ ઉપર પડે છે ત્યારે તે વસ્તુના ગુણ પ્રમાણે તેમાંથી કેટલાક રંગના કિરણો તે વસ્તુમાં દાખલ થાય છે. અને માત્ર એકજ જાતનું કિરણ તે વસ્તુપર અથડાઇને પરાવર્તન પામી આપણી આંખને પહોચે છે. હવે આ રીતે પરાવર્તન પામનાર કિરણ જે રંગનું હોય છે, તે રંગની તે વસ્તુ દેખાય છે. દાખલા તરીકે, કાચી કેરી ઉપર જ્યારે પ્રકાશનાં કિરણ પડે છે, ત્યારે તેમાથી માત્ર લીલા રંગનું કિરણજ પરાવર્તન પામી આપણી આંખને પહોંચે છે, અને તેથી કેરી આપણી આંખે લીલા રંગની દેખાય છે.

જુદા જુદા રંગનાં કિરણોનાં મોજાંની લંબાઈ અને દર મીનીટે થતી તે મોજાંની ધ્રુજારીઓની સંખ્યામાં બહુ તફાવત હોય છે. રાતા રંગનાં કિરણનાં મોજાં ટુંકામાં ટુંક

હોય છે. અને જાંબુરંગનાં મોજાં લાંબામાં લાંબાં હોય છે. આ પ્રકારનાં મોજાં સમુદ્રનાં પાણીનાં મોજાંની પેઠે ઉંચાં નીચાં થતાં સીધાં ચાલ્યાં જાય છે. પ્રકાશનાં કિરણની એક ઇંચ ગતિ થવામાં ૩૯૦૦૦ મોજાં થાય છે. પ્રકાશનાં કિરણની ગતિની ઝડપ દર સેંકડે ૧૯૨૦૦૦ મૈલની હોય છે. તે હિસાબે રાતા રંગના પ્રકાશનાં કિરણની દર સેંકડે કેટલી ધ્રુજરીઓ કે મોજાં થાય છે, તેની સંખ્યા કાઢવાને માટે આપણે ૧૯૨૦૦૦ મૈલના ઇંચ કરી ઓગણચાળીસ હજારે ગુણવા જોઇયે. એટલે કે—(૧૯૨૦૦૦ × ૫૨૮૦ × ૧૨)× ૩૯૦૦૦ =૪૬૪૪૩૯૬૮૦૦૦૦૦૦૦ રાતા કિરણનાં દર સેંકડે થતાં મોજાંની સંખ્યા.

ઉપર લખી તેટલી અત્યંત મોટી સંખ્યાબંધ મોજાં આપણી આંખને દર સેંકડે અથડાય છે, ત્યારે આપણને રાતો રંગ દેખાય છે. અને રાતા કિરણનાં મોજાંની સંખ્યા કરતાં પણ જાંબુડા રંગનાં મોજાંની સંખ્યા ઘણીજ વધારે છે. એટલે કે, ૭૮૯૦૦૦૦૦૦૦૦૦૦૦ મોજાં દર સેંકડે આંખને અથડાય છે, ત્યારે જાંબુડો રંગ આપણને દેખાય છે. હાલની નવી શોધો પ્રમાણે બિલોર કાચના પાસાવાળા હીરા (Prism= ત્રિપાર્શ્વ-લ્પ) માંથી જે સાત રંગ પડતા દેખાય છે, તે કરતાં પણ સૂર્યના કિરણમાં વધારે રંગ હોવાનું સાબિત થયું છે. એટલે કે એક છેડે જાંબુડીઓ રંગ દેખાય છે. તેની ઉપર એક અદૃશ્ય રંગ હોય છે, જેને "અલ્ટ્રાવાયોલેટ" ultra violet અથવા અતિ જાંબુડો રંગ કહે છે. અને બીજે છેડે પડતા લાલ રંગની આગળપણ એક રંગ હોય છે જેને "અલ્ટ્રા-રેડ" કે અતિલાલ કહે છે, આ 'અલ્ટ્રાવાયોલેટ" અને " અલ્ટ્રા રેડ " રંગનાં કિરણનાં મોજાંની સંખ્યા એટલી તો મોટી હોય છે કે તેટલી બધી ધ્રુજરીયોને ગ્રહણ કરવાની શક્તિ આપણી આંખમાં નહિ હોવાથી તેમની હયાતી વિષે આપણી આંખ આપણને કાંઇ માહીતી આપી શકતી નથી. છતાં આ અદૃશ્ય કિરણો હસ્તી ધરાવે છે એમ સાબિત થાય છે. કારણ કે એક અંધારા ઓરડામાં રાતા રંગના કિરણની નીચે જ્યાં આંખે જોતાં માત્ર અંધારૂંજ જણાય છે. ત્યાં " થરમૉમીટર ". ધરવાથી તેની " ટેમ્પરેચર " માં વધારો થાય છે. તેમજ જાંબુડા રંગનાં કિરણની ઉપર જ્યાં માત્ર અંધારૂંજ જણાય છે ત્યાં ફોટોગ્રાફની પ્લેટ ધરવાથી જાણે ઉજાસમાં ખુલ્લી કરી હોય તેવી તેની ઉપર " અલ્ટ્રાવાયોલેટ" કિરણની અસર થાય છે. જેમ અગાઉ આપણને " અલ્ટ્રાવાયોલેટ અને "અલ્ટ્રારેડ" કિરણોની હયાતી વિષે કંઇજ ખબર નહોતી તેજ પ્રમાણે હજુ એવાં બીજા ઘણાએ રંગનાં કિરણો હસ્તી ધરાવતાં હશે કે જેને આપણી આંખ જોઇ શકવાને કેવળ અશક્ત છે.

પ્રકાશ વિષે માત્ર એકજ વાત હવે જણાવી આ પ્રકરણ હવે પુરૂં કરીશું. અને તે વાત એ છે કે સેંકડો અને કરોડો યોજન દુર રહેલી ચીજના વિષે જ્ઞાન મેળવવાનું જો કોઇ સાધન હોય તો તે માત્ર પ્રકાશજ છે. કારણ સ્વાદ વડે જ્ઞાન મેળવવા માટે આપણે, વસ્તુનો જીભ સાથે ઘાડો સંબંધ કરવાની જરૂર પડે છે. સ્પર્શ માટે પણ બીજાને અડકવાથી જ તે વિષે જ્ઞાન થાય છે. તેજ પ્રમાણે સુગંધ લેવા માટે પણ તે વસ્તુની સમીપ આપણે અમુક હદ સુધી જવું પડે છે. અવાજ પણ વાયુમાં અમુક હદ સુધીજ જાય છે. અર્થાત શબ્દ, સ્પર્શ, રસ, ગંધ એ સર્વના કરતાં પણ પ્રકાશ ઉંચી પદવી ભોગવે છે.

(અપૂર્ણ.)

स्पिरिच्युअॅलीझम–प्रेतावाहन.

(અનુસંધાન પુસ્તક બીજાના પૃષ્ટ ૩૧૨ થી)

(લેખક–તંત્રી.)

વીસમી સદીમાં સ્પિરિચ્યુઍલીઝમથી થતા ચમત્કારો ખરેખર આશ્ચર્ય પમાડ્યા શિવાય રહેતા નથી એ વિદ્યા ન જાણનાર મનુષ્યોને તો એ ચમત્કારો ખરેખર ખોટાજ લાગશે હાલમાં ઇંગ્લૅંડમાં પાર્લામેન્ટની ચુંટણીની ધામધુમ ચાલી રહી છે તેમજ બજેટ સંબંધીની રમાકગી એટલે સુધી વધી પડી હતી કે ત્યાં પ્રેતાવાહનની એક પ્રયોગશાળાની અંદર સ્પિરિટસરકલમાં આ દુનિયાન છોડી ગયેલા મી૦ ગ્લૅડસ્ટન, ડીઝરેલી અને સાંસબરી વિગેરે રાજનીતિજ્ઞ પુરૂષોના એ સંબંધે અભિપ્રાયો લેવા સારૂ તેમના પ્રાણોનું આવાહન કરવામાં આવ્યું હતું અને તેમના અભિપ્રાય લેવામાં આવ્યા હતા આ વાત અજાયબ જેવી લાગ્યા વિના રહેશે નહિ, છતા તે ખરી છે

સૅન ફ્રાન્સીસ્કોમાં પ્રગટ થતા "ઍકઝામીનર" પત્રમાં ભૂતવાહક શરીરોમાં કેટલું સામર્થ્ય હોય છે તે સંબંધીનો લેખ આવેલો તેમાથી "શ્રી મહાકાળ" પત્રમાં ઉતારો લેવામાં આવેલો તે નીચે દાખલ કરેલો છે તેથી પણ ઉપરના ચમત્કારના ખરાપણાને ટેકો મળે છે

"ઓસ્ટ્રેલિયામાં મેલબોર્ન નામના નગરમાં ટોમસ વેલ્ટન સ્ટેનફોર્ડ નામના એક અત્યંત ધનાઢ્ય પુરૂષ રહે છે આ પુરૂષને પ્રાચીન વસ્તુઓનો સંગ્રહ કરવાનો અત્યંત શોખ છે સ્ટેનફોર્ડે પોતાના સંગ્રહાલયમાં જે અમુલ્ય પ્રાચીન વસ્તુઓનો સંગ્રહ કર્યો છે, તેવો સંગ્રહ દુનિયાના કોઇપણ ભાગમાં કોઇપણ સ્થળે ભાગ્યેજ કરવામાં આવ્યો હશે. આ સંગ્રહાલયમાં બાકટ્રીયાના રાજ્યના, ટોલેમીના રાજ્યના, તથા પ્રાચીન રામેસીઝના સમયના અત્યંત દુર્લભ સિક્કાઓનો મોટો સંગ્રહ જોવામાં આવે છે વળી ત્યાં ઇતિહાસના આરંભકાળમાં માટીની અષ્ટકોણ તકતીઓ ઉપર લખેલા લેખોનો પણ સંગ્રહ છે વળી અમુલ્ય હીરા તથા રત્નથી જડેલી વીંટીઓ તથા કંકણો ને કંઠીઓ પેટ્રાના સમયની સુંદરીઓના શરીરને અલંકૃત કરતા હતા તેનો પણ સંગ્રહ ત્યાં દ્રષ્ટિએ પડે છે વળી દિલ્હીના શાહજહાંનું રત્ન જડિત મયુરાસન તથા એક બાજુએ યુનાની અને બીજી બાજુએ ઇરાની ભાષા લખેલા પેર્સેપોલીસની ટંકશાળમાં પડેલા શુદ્ધ રૂપાના સીક્કાઓ પણ ત્યાં છે

ઉપર ગણાવેલી તથા તે વિનાની બીજી સેંકડો દુર્લભ વસ્તુઓ મી૦ સ્ટેનફોર્ડે પોતાના સંગ્રહસ્થાનમાં એકઠી કરેલી છે આ વસ્તુઓના સંગ્રહ સંબંધી આશ્ચર્ય જેવું એ છે જે તે વસ્તુઓનો મોટો ભાગ મિ૦ સ્ટેનફોર્ડે પ્રેતોની સહાયથી એકઠો કરેલો છે

મી૦ સ્ટેનફોર્ડ પ્રેતોને આવાહન કરવાની વિદ્યાનો અત્યંત શોખ ધરાવે છે તેના શ્રવણ કરવામાં આવ્યું કે તેના નગરમાં સી૦ બેઇલી નામનો એક લુહાર રહે છે. તે પોતાના સૂક્ષ્મશરીર વડે પ્રેતલોકમાં જઇ શકે છે તથા પ્રેતોની સાથે સંબંધ બાંધી શકે છે સ્ટેનફોર્ડ તેને મળ્યો અને પ્રેતોની સાથે સંબંધ બાંધવાની તેની અસાધારણ શક્તિ જોઇને ચકિત થઇ ગયો બેઇલીને તેણે લુહારનો ધંધો છોડાવી દીધો અને સારો પગાર આપી પોતાને ત્યાં નોકર રાખ્યો પછી બેઇલીની સાથે સ્ટેનફોર્ડે પ્રેતવાહન વિદ્યાના પ્રયોગ કરવા

માંડ્યા. પ્રયોગને માટે એક ઓરડો નિશ્ચય કરવામાં આવ્યો. આ ઓરડામાં એક મેજ અને થોડીક ખુરશીઓ વિના બીજો કશો સામાન રાખવામાં આવતો ન હતો. એઈલી ફરી હરી ન શકે માટે તેને એક કોથળામાં ઘાલવામાં આવતો હતો. પછી ઓરડામાં સઘળા દીપ ઓલવી નાંખી અંધારૂં કરવામાં આવતું હતું, અંધારૂં થતું એટલે તરતજ પ્રત્યેક પ્રસં ઓરડાની છતમાંથી ખુણામાંથી તથા નીચે જમીનમાંથી તે સ્થળે હાજર રહેલા સર્વ અનેક સ્વરો નિકળતા સંભળાતા. આ સ્વરો પૂર્વે મરી ગયેલા મનુષ્યોના પ્રેતો હતા. એમ તેમની વાતચીતથી સાંભળનારાઓને સ્પષ્ટ થતું હતું. શ્રોતાઓ તરફથ તેમને જે પ્રશ્નો પુછવામાં આવતાં તે બુદ્ધિવાળા હતા, અને પ્રેતો તરફથી તેમના મળ ઉત્તરો પણ તેવાજ બુધ્ધિવાળા હતા. તેઓ ખરાંજ પ્રેતો છે અને એઈલી તરફથી સ્ટેનફોર્ડ તરફથી કશો છળ કરવામાં આવ્યો નથી તેનું પ્રમાણ માગતાં તેઓ સર્વ શ્રોતાઓને ખાત્રી થાય એવાં પ્રમાણો આપવામાં કદી પણ આનાકાની કરતા નહિ. દષ્ટાં તરીકે શ્રોતૃવર્ગમાંથી કોઇ કહેતું કે અમુક સ્થળેથી અમુક વસ્તુ આણી આપો. તો એ મીનીટથી પણ ઓછા સમયમાં તે વસ્તુ આણી આપવામાં આવતી હતી. કોઇ કોઇ સમ હિંદુસ્થાનનાં જંગલોમાંથી ચકલીઓના આખા માળા શ્રોતૃવર્ગની મધ્યમાં લાવીને નાંખ વામાં આવતા હતા. તે સમયે ચકલીઓના ભારે કકલાણથી ઓરડો ગાજી રહેતો, તે પ્રમાણે અત્યંત જુના અને દુર્લભ સિક્કાઓ, બ્રહ્મદેશનાં માણિક્ય, કાશીનો પવિત્ર કાચબે કેરોના જૂના સિક્કા, દરિયાનો કાચબો-જે હજુ પણ જીવે છે, હીરા, રત્ન જડિત વીટીંએ પોખરાજ, લીલમ વિગેરે વિવિધ પ્રાચીન કાળની વસ્તુઓ જ્યારે જ્યારે માગવામાં આવત ત્યારે એક ક્ષણમાં વિલંબ વિના-તત્કાળ આણી આપવામાં આવતી હતી.

એ એક પ્રસંગે સ્ટેનફોર્ડે હજીઅમાંથી એક જીવતો રાજહંસ આણી આપ કહ્યું. દસ સેકન્ડમાં તેને લાવીને મેજ ઉપર ખડો કરી દેવામાં આવ્યો. હાજર રહેલ ગૃહસ્થોમાંથી એઈલીને તેના પ્રેતદ્વારા એક મત્સ્ય લાવવા કહ્યું. બત્તી જાગ્રત કરવામ આવી " કે " તરતજ પ્રેક્ષકોએ સમુદ્રનાં ઝાંખરાંમાં વીંટાળાયેલી તથા ઝાંખરાંમાંથી સમુદ્ર ખારૂં પાણી ટપકતી, પાવડાના જેવા નાકવાળી, દોઢ ફુટ લાંબી એક શાર્ક માછલીને મેજ ઉપર જોઇ. એવી એકે વસ્તુ વસ્તુ ન હતી કે જે એઈલી પોતાના પ્રેતો દ્વારા મંગાવવામાં અસમર્થ થતો. એક સંશયગ્રસ્ત ગૃહસ્થે એક પ્રસંગે એઇલીને હિંદુસ્તાનમાં બનતી " ચપાતી' નામની રોટલી લાવવા કહ્યું તેની માગણી થઈ રહી નહિં એટલામાં તો ચુલા ઉપરથ ઉપરથી ઉતરેલી એક ઉની ઉની ચપાતી હાજર કરી દેવામાં આવી.

એઇલીની આજ્ઞા થતાં પ્રેતો કેવી કેવી વસ્તુઓ પ્રેક્ષકો સમીપ લાવી રજુ કરતાં દર્શાવવાને નીચે થોડી વસ્તુઓ ગણાવી જઇએ છીએ. આ વસ્તુઓ છ રાત્રી સુધ નિત્ય પ્રયોગો કરી મંગાવવામાં આવી હતી. તેની નોંધ જે વિદ્વાન પ્રેક્ષકો તરફથી પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવી છે તેઓ પ્રતિજ્ઞાપૂર્વક કહેછે કે સર્વ કોઇ પણ પ્રકારના પ્રપંચવિના પ્રેતો દ્વારાજ આણવામાં આવી હતી. એમ અમારી ખાત્રી થઈ છે. તે વસ્તુઓ નીચે પ્રમાણે છે.

ભિન્ન ભિન્ન દેશોમાંથી આઠ જીવતાં પક્ષિઓ, લંકામાંથી એક પક્ષિનું ઇંડું, ઇજીપ્ત અને હિંદુસ્તાનમાંથી પક્ષિના ચાર માળા, એક હિંદુ ટોપી, ૮૭ પ્રાચીન શિક્કા (આ શિક્કા માંથી ૧૬ શિક્કા તો ધોળે દિવસે આણવામાં આવ્યા હતા) અરબી ભાષાનું એક વર્તમાન

પત્ર, એક ચિત્તાનું ચર્મ, ચાર છોડ, પાદુકાની એક જોડ, બે લાલ-બે મોટાં માણિક્ય, બે લીલા-ઇંદ્રનિલમણી, બે સૂર્યકાંતમણિ, ૭ ચન્દ્રકાન્તમણિ, ત્રણ ટેકડા, (આ ધોળે દિવસે આણવામાં આવ્યા હતા.) સંકેતિક અક્ષરોવાળી મૃતિકાની ત્રણ તક્તિઓ (આ તક્તિઓમાંથી બે તક્તીઓ ધોળે દિવસે આણવામાં આવી હતી) એક ઇજીપ્તનો પવિત્ર વાદો, એક બેદુઈન સ્ત્રીનું મસ્તકાચ્છાદન, એક ભુવાનો પરો, અને કાશીમાંથી બે જીવતા કાચબા (આ ધોળે દિવસે આણવામાં આવ્યા હતા).

બેઇલીના આ આશ્ચર્યકારક ચમત્કારોના સમાચાર જ્યારે યુરોપમાં ગયા ત્યારે ત્યાંના વિદ્વાન મંડળમાં આવાર્તાની સત્યતાનો નિર્ણય કરવામાટે ભારે જિજ્ઞાસા ઉત્પન્ન થઇ. તેઓએ બેઇલીને ઇટાલીમાં આવવાનું અને ખાસ પસંદ કરેલા વિદ્વાનોના મંડળ સમક્ષ પોતાના ચમત્કારો કરી બતાવવાનું આમંત્રણ કર્યું. આ વિદ્વાનોમાં **શીયાપેરેલી** (Schiapparelli) કાઉન્ટ બાઉડી ડિવેસ્મે (Count Baude de Vosme) પ્રો૦ ફાલ્કમર (Prof Falcomer) સિગ્નોરા વરજીનીયા પેગેનીના (Sugnora Virginia Pagnini), પ્રો૦ રોસી ડીગિસ્ટીનિયાની (Prof Rossi de Guistoniani) અને તેના વિનાના બીજા વીશેક વિદ્વાનો હતા. લોમ્બ્રોસો આ સર્વનો અધ્યક્ષ હતો. તેમના આમંત્રણનો સ્વીકાર કરી બેઇલી ઇટલીમાં આવ્યો, અને મેલ્બોર્નમાં તે જેવા ચમત્કારો કરતો તેવાજ તેણે ત્યાં કરી બતાવ્યા અને પોતાની શક્તિથી સત્યતા વિષે સર્વની ખાતરી કરી આપી.

એકઝામિનર પત્રમાં પ્રગટ થએલો ઉપરનો લેખ અત્રેના ઘણા મનુષ્યોને ટાઢા પહોરની ગપ જેવો ભાસે એ સ્વાભાવિક છે, પરંતુ તેથી કંઇ સપ્રમાણ વારતા અપ્રમાણ થઇ શકતી નથી. પ્રેતયોનિ અસત્ય છે, અને સુક્ષ્મશરીર છેજ નહિ તથા તેમાં આશ્ચર્યકારક સામર્થ્યનો અભાવ છે. એ વાર્તાના સંબંધમાં જેમણે લેશપણ શોધ કર્યો નથી. તેમને કહેવાનો કશોપણ અધિકાર નથી. આવા મનુષ્યો આ અમુક પ્રકારનું જ છે અને અમુક તે પ્રકારનુંજ છે એ પ્રકારનો પોતાનો અભિપ્રાય પ્રગટ કરવામાં ક્ષમા આપી ન શકાય એવા પોતાના અજ્ઞાનનેજ પ્રગટ કરે છે. "

મીસીસ હનીવુડ અને **લોર્ડ લીનડ્સે** એક મિત્રને ત્યાં **હોમ** તથા બીજા મળી પાંચ જણા પાછળના ડ્રોઇંગ રૂમમાં ગોળ ટેબલની આજુબાજુ બેઠાં. ટેબલ ઊપર ઘાસલેટની દીવાબત્તી બલતી હતી અને બન્ને સઘડીયોમાં દેવતા હતો. થોડી વાર પછી **હોમ** મુર્છીત થઇ ગયો અને આગળના ઓરડામાં ગયો અને સઘડી પાસે ઊભો. દેવતાની સામે પોતાના હાથ જોડીને ઘુંટણે પડ્યો. મેં પૂછ્યું-' તમે અગ્નીપૂજક છો ? ' તેણે ડોકું ધુણાવ્યું અને રાજી થયો હોય એવું બતાવ્યું. મેં પુછ્યું-' તમે પારસી છો ? ' તે હસ્યો અને હા પાડી. પછે ઉભા થઇને બારણા પાસે ચાર ખુરશીઓ મુકી અને અમને બેસવાની નીશાની કરી, પછે ટેબલ પાસે ગયો અને બે હાથ વતે ચીમની પકડી અને ઘરની શેઠાણી પાસે જઇને તેને કહ્યું-' આને અડો ' પણ તે ધીકતી છે. એમ જાણીને તેણે ના પાડી. હોમે કહ્યું 'તમને શ્રદ્ધા નથી. જો ડેન તમને કહે કે તે ટાઢી છે તો ભરૂસો આવશે ? ' તેણીએ કહ્યું-'હા' અને ચીમની પર આંગળી મુકી ડેન બોલી ઉઠી-' આતો ટાઢી છે. કંઇ ગરમ નથી. ' લોર્ડ **લીનડ્સે** અને મેં વારા ફરતી કેટલીકવાર તે ચીમનીને અડીને

તે રોગનાં સ્પષ્ટ લક્ષણોની શું ઓળખાણ છે? તે બતાવીને ચિકિત્સા-ઉપાયની પધ્ધતિ કહું છું. સહુથી પહેલાં તાવનું વર્ણન એ માટે કરવામાં આવે છે કે તાવ એ પ્રાણી માત્રને જન્મથી તે મરણ સમય લગીની મુદતમાં દરેક રોગ વખતે હાજરી આપી બતાવે છે જેથી તે સર્વ રોગનો રાજા અગર તો પિતા છે, એના લીધે શરૂવાતમાં તેનું જ વર્ણન કહું છું. ૩૬

(વસંતતિલકા ૭૬)

દક્ષાપમાનપરિકોપિતવામદેવ શ્વાસોદ્ભવો જ્વરઇતિ પ્રથિતઃ પુરાણે;
આગંતુજઃ સકલ યુગ્મ પૃથક્ વિભેદૈર્વાતાદિભિર્ભવતિ સાષ્ટવિધો નરાણાં ૩૭

દક્ષ નામના પ્રજાપતિના કરેલા અપમાનને લીધે કોપવંત થયેલા શ્રી મહાદેવજીએ પોતાના યોગમયી જ્વલંત શ્વાસવડે તાવને પ્રકટ કરેલ છે એમ પુરાણોની અંદર પ્રખ્યાતિપાત્ર લેખ છે. તે સંહારમૂર્તિથી પેદા થયેલ તાવ આઠ જાતનો છે. એટલે કે આગંતુજ (બીજા રોગ દોષના કોપને લીધે આવનારો-પરતંત્ર) તાવ. ૧, ત્રિદોષજ (વાયુ, પિત્ત અને કફ એ ત્રણેના કોપવાથી આવનારો) તાવ. ૨, વાતપિત્ત (એ બેઉના કોપવાથી આવનારો) તાવ. ૩, વાતકફ (એ બેના વકરવાથી આવનારો) તાવ.૪, કફપિત્ત (એ બેના બગાડથી આવનારો) તાવ. ૫, વાત જ્વર (વાયુના કોપવાથી આવનારો તાવ) ૬, પિત્ત જ્વર (પિતના કોપવાથી આવનારો તાવ.) ૭, અને કફજ્વર (કફના કોપવાથી આવનારો તાવ) ૮, આમ આઠ પ્રકારનો છે. ૩૭

તાવ શા કારણોને લીધે આવે છે? તથા તેના પુર્વ લક્ષણ શું છે?

(શાર્દુલ વિક્રીડિત—૭૬)

મિથ્યાહાર વિહારતઃ પ્રકુપિતા દોષારસાસ્યાનુગાઃ
કોષ્ઠાગ્નિંજ્વરકાનિરસ્ય બહિર ત્યામાશયેસંસ્થિતા;
તાપોંગં ગ્રહણં કલમોહિયુગપતસંદિશ્યતે સ જ્વરો,
વૈરસ્યં નયનપ્લવઃ શ્રમ રૂજઃ પૂર્વોહિ તસ્યોદ્ગમે ૩૮

*જે ઋતુની અંદર જે વસ્તુ ન ખાવાની હોય અથવા જે વખતે જે કાર્ય ન કરવાનું હોય અને જે વસ્તુની સાથે જે વસ્તુ મેળવીને ઉપયોગમાં ન લેવાની હોય તે વસ્તુનો ઉપયોગ કર્યો હોય તો તેને વિપરિત આહાર વિહાર કહે છે. જેમકે ચૈત્ર મહીનાની અંદર ગોળ, વૈશાખમાં તેલ, જેઠમાં તડકે રખડવું, આષાઢમાં બીલાં, શ્રાવણમાં દુધ, ભાદરવામાં છાશ, આસોમાં કારેલા, કાર્તિકમાં દહીં, માગશરમાં જીરૂં, પોષમાં ધાણા, માહમાં સાકર અને ફાગણમા ચણા ખાવાની મના છે, અથવા તો વર્ષાઋતુમાં વાદળાઆ તડકામાં રખડવું, વરસાદના પાણીમાં પલળવું, વધારે સુઇ રહેવું, ટાઢું ખાવું અને નદી તળાવનું રગડાવાળું પાણી પીવું એ હાનિકર્તા છે. માટે હદ ઉપરાંત કરવાથી તરત દોષ કોપે છે જેથી રોગને જન્મ મળે છે. તેમજ અડદના પદાર્થની સાથે ગોળ દહીં આમલી કેરી દુધ વગેરે ખાવાથી, કઠોળ સાથે દહીં, દુધ ઉપર દહીં, દુધ અને ગોળ, ત્રાંબાના લોટામાં રાખેલું દુધ વગેરે વિરૂદ્ધ સ્વભાવી વસ્તુઓને એકઠી કરી કે એક પછી એક ખાવી તે વિરૂદ્ધ આહાર કહેવાય છે. તે વિરૂદ્ધ આહાર વિહાર વગેરેના કરવાથી દોષો (વાયુ પિત્ત

મહાનારાયણ તેલ.

આ તેલના સેવનથી બધા શરીરની પીડા, લકવો, અડધા શરીરનું ઝલાઈ જવું, એક હાથનું ઝલાઇ જવું, એક પગનું ઝલાઈ જવું, હંમેશાં શરીરનું કંપવું, ડોકનું રહી જવું, દાઢીનું ઝલાઇ જવું, કેડનું દર્દ, સંધીવા, કુબડાપણું, લૂલાપણું, જીભનું ઝલાવું, હાડોનું તૂટવું, હાથ પગોનું કંપવું, શરીરનું કળતર, શૂળ, ગોઠણની પીડા, અડદીઓ વા, અને બધી જાતના વાયુ રોગ વગેરે મટી જાય છે. જે વાયુ રોગ કોઇ પણ દવાથી મટેલ ન હોય તે આ તેલથી અવશ્ય મટી જાય છે.

પૌષ્ટિક મોદક.

સોનું કસ્તૂરી વગેરે તુરત અસર કરનારી ઘણા મૂલવાળી ઔષધિઓ મેળવીને આ પાક તૈયાર કરવામાં આવ્યો છે. આની બે ત્રણ માત્રા સેવન કરતાંજ અપૂર્ણ આનંદનો ઉદય થાય છે. ઇંદ્રિયોમાં સામર્થ્ય, મનમા ઉત્સાહ અને શરીરમાં અતુલ બળનો સંચાર થાય છે. આનું કેટલાક દિવસો લગી સેવન કરવાથી ધાતુક્ષીણતા, નપુષકતા, અને પ્રમેહ વગેરે રોગો દૂર થઇ દેહને રૂષ્ઠ પુષ્ટ બલિષ્ટ કરે છે. ઘણું કરીને શીયાળામાં શોખીન લોકોને માટે આ ચીજ ઉત્તમ છે. કીમત ૨૦ લાડુના બે રૂપિયા છે. કામેશ્વર મોદક ઘણાજ પુષ્ટિકારક છતાં ૩૨ મોદકના બે રૂપિયાજ છે. બદામ પાક શેર ૧ ના ૪ રૂપીયા, સોપારી પાક શેર ૧ ના ૪ રૂપિયા, સૌભાગ્યશુંઠીપાક શેર ૧ ના ૩ રૂપિયા છે. ટપાલ ખર્ચ જુદું.

સ્રીસંજીવન શંકર ઘૃત.

આ પરમ કલ્યાણ કરનાર ઘીનું સેવન કરવાથી સ્રીયોનો ધોળો પ્રદર (ધોળી ચૂના જેવી ધાતનું છુપા ભાગથી પડવું.) લોહીવા (છુપા ભાગમાંથી લોહીનું પડવું.) અરૂચિ, શરીરની પીડા, મૂર્છા, પાચ સાથે ધાતુનું પડવું, શરીરની દુર્બળતા, કેડમાં પીડા થવી અને બેચેની એ બધા વિકારો દૂર થઇ શરીર નિરોગી અને સોના સરખું નિર્મળ તથા સુંદર થાય છે. તેમજ પ્રજા ઉત્પન્ન થવાની શક્તિ પેદા થાય છે. જે સ્રીઓને ગર્ભ રહેતો નથી. અથવા રહીને પડી જાય. (ગર્ભ પાત થાય) છે, તેઓના બધા દોષો દૂર કરી ઉત્તમ સદ્‌ગુણ સંપન્ન સુંદર સંતાનની પ્રાપ્તિ કરાવે છે. મૂલ્ય શીશી ૧ ના બે રૂપિયા અને ટપાલ ખર્ચ ૨ આના છે.. મળવાનું ઠેકાણું.

શંકરલાલ હરીશંકર.

" આયુર્વેદોદ્ધારક ઔષધાલય." મુરાદાબાદ.

એ. પબ્લિક ઇન્સ્ટ્રક્શનના ડીરેક્ટર સાહેબે મુંબઈ ઇલાકાની પ્રાથમિક કન્યાશાળા માટે ઇનામ તેમજ લાયબ્રેરી માટે મંજુર કરેલું તથા શ્રીમંત વડોદરા સરકારનાં કેળવણી ખાતાંએ શાળા, લાયબ્રેરી તથા શાળાઓમાં ઇનામ ખાતે મંજુર કરેલું.

સૌભાગ્ય-શિક્ષાબ્ધિ.

આ પુસ્તકને રા રમણભાઇ મહીપતરામ નીલકંઠ, બી એ એલ એલ બી. (અમદાવાદ), રા કેશવલાલ જેશંકર ગોળકિયા એલ એમ. એન્ડ એસ (રામપુર–રોહિલખંડ) સૌભાગ્ય વિદ્યાગૌરી રમણભાઇ બી એ (અમદાવાદ) રા અનંતરાય નાનાલાલ બુચ, બી એ એલ. એલ બી. (જુનાગઢ) રા શિવશંકર શામજી દનાલ, બી એ એલ એલ બી (ન્યાયાધીશ મણાવદર સ્ટેટ) મિસ એફ મેકેશી લેડી સુપ્રિન્ટેન્ડેન્ટ બાર્ટન ફીમેલ ટ્રેનીંગ કોલેજ (રાજકોટ) રા. મનસુખરામ પી પટેલ (પેટેલ સુપ્રિન્ટેન્ડન્ટ ભાવનગર) દિ બા અબાલાલ સાકરલાલ એમ એ એલ એલ બી (અમદાવાદ) રા કૌશિકરામ વિઘ્નહરરામ મહેતા બી એ (હેડમાસ્તર હાઇસ્કુલ જુનાગઢ) મેા ચંદ્રમણિ (સ્ત્રી લેખક) રા કેશવરાવ બાબારાવ એમ એ (ડેાકટર રાજકુમાર કોલેજ રાજકોટ) રા વીરજી ઝીણા રાવલ એલ એમ એન્ડ એસ (જામનગર) રા સાકરલાલ મોતીલાલ વધરાજાની બી એ (હેડ માસ્તર વાંકાનેર) રા વલ્લભજી હરિદત્ત આચાર્ય કયુરેટર વોટસન મ્યુઝીયમ રાજકોટ) રા હરજીવનદાસ ભવાનભાઇ કોટક બી એ એલ એલ બી કારભારી રાજકોટ સ્ટેટ) રા લીલાધરરામ હરખચંદ (માજી કારભારી તાલુકે વળા) રા કૃષ્ણલાલ મોહનલાલ ઝવેરી એમ એ એલ એલ બી, (મુંબઈ) રા વિ. પી વૈદ્ય બી એ બાર–એટ–લેા (મુંબઇ) વગેરે સાક્ષરો તથા વિદ્વાન શ્રી પુરૂષોએ તથા 'આનંદ'. 'ગુજરાતી પંચ 'આર્યધર્મ પ્રકાશ' 'સત્યવિજય ત્રિમાસિક' તથા 'ધી મોડર્ન રિવ્યુ 'ધન્વંતરી વગેરે ગુજરાતી અંગ્રેજી પત્રોએ અતિ ઉચ્ચ અભિપ્રાય આપેલા છે

'સૌભાગ્ય-શિક્ષાબ્ધિ' પુસ્તકમાં આવતાં પ્રકરણો.

(૧) સ્ત્રીની ઉત્તમતા (૨) પુત્રી પર રાખવેા જોઇતેા પ્રેમ, અને તેઓને કઇ કેળવણી સુખરૂપ થાય (૩) પતિની પત્ની પ્રત્યે ફરજ (૪) બાળલગ્નથી નિપજતા ખોટા પરિણામ (૫) કન્યાવિક્રયથી થતું પાપ (૬) લગ્નની ઉત્તમ સ્થિતિ (૭) સાસરિયાએ વહુ તરફ રાખવું જોઇતું ઉમદા વર્તન (૮) 'કાન્તા (બોધદાયક વાર્તા) (૯) તરૂણીઓની સાસરે કેવી શરૂઆત સુખ રૂપ થાય (૧૦) તરૂણીઓએ સાસરિયા તરફ રાખવું જોઇતું ઉમદા વર્તન. (૧૧) પિયર પ્રત્યે રાખવેા જોઇતેા ઉચ્ચ ભાવ (૧૨) સૌભાગ્યવતી સ્ત્રીનું ખરૂં તપ અને વ્રત શું છે? (૧૩) તરૂણીઓની ઓરમાન છોકરા પ્રત્યેની ફરજ (૧૪) પુષ્પા' (બોધદાયક વાર્તા) (૧૫) તરૂણીઓની ચાકર પ્રત્યેની વર્તણુક કેવી જોઇએ? (૧૬) તરૂણીઓમાં ચહા, પાન, તમાકુ વગેરેનું વધતું જતું વ્યસન અને તેથી ભેાગવવી પડતી પરાધીનતા (૧૭) તરૂણીઓએ રખડવાથી થતા ગેરફાયદા, મર્યાદા કેમ જાળવવી? (૧૮) નાપસંદ કરવા જેવા ચાલેા (૧૯) સન્નારીઓની સભાથી મળતા લાભેા (૨૦) સારી નઠારી સોબત, તેની અસર અને પરિણામ (૨૧) તરૂણીઓએ શું વાંચવું? વાચનની મનપર થતી અસર. (૨૨) પરોણાસત્કાર (૨૩) સ્વચ્છતા

અથવા સુધડતાના ફાયદા (૨૪) આરોગ્ય જાળવવા રાખવી જોઈતી ખાસ સભાળ, ખોટી શરમના ગેરફાયદા (૨૫) અટકાવ (જોદર્શન) (૨૬) પતિને વશ કરવાની વિધા (૨૭) 'કુસુમ (બોધદાયક વાર્તા) (૨૮) પત્નીની પતી પ્રત્યે ફરજ, પત્ની ધર્મ (૨૯) સપ્તપદી (૩૦) 'સુનન્દા' (બોધદાયક વાર્તા) (૩૧) તરૂણીઓની પરપુરૂષ પ્રત્યે વર્તણુક કેવી જોઇએ ? શ્રેષ્ઠ શાથી થવાય ? (૩૨) તરૂણીઓએ પાકશાસ્ત્રમા પ્રવીણ થવાની જરૂર, તે પર દેવુ જોઇતુ ધ્યાન અને ખોરાક માટે રાખવી જોઈતી સભાળ (૩૩) આહાર વિહારમા નિયમિતપણુ જાળવવાની જરૂર. (૩૪) તરૂણીઓને ઉદ્યમી થવાથી થતો લાભ, આળસુ થવાથી થતો ગેરલાભ અવકાશને વખતે શુ કરવુ જોઇએ ? (૩૫) તરૂણીઓએ રાખવી જોઈતી ઉમદા ગૃહવ્યવસ્થા (૩૬) તરૂણીઓએ કરકસરથી રહેવાથી થતો લાભ દેખાદેખીથી દૂર રહેવુ 'સતોષ એજ ખરૂ સુખ,' (૩૭) 'નર્મદા (બોધદાયક વાર્તા) (૩૮) તરૂણીઓએ સવારમા વહેલા ઉઠવાથી થતો લાભ (૩૯) અનુકમ્પા (દયા) પરોપકાર કરવા એજ પુણ્ય અને અવરને દુ ખ દેવુ એ જ પાપ (૪૦) નારી નિત્ય પાઠ ૧ લો, (૪૧) નારી નિત્ય પાઠ ૨ જો (૪૨) 'સુલક્ષણા (એક પતીપ્રેમી બાળાનુ અદ્ભુત ચેનચરિત્ર)

જેઓ પોતાની સ્ત્રીઓને પુત્રીઓને ભગિનીઓને નીતિનુ, ઘરસસાર ચલાવવાની રીતિનુ અને બચ્ચાઓને કેળવણી આપવાનુ પુર્ણ જ્ઞાન આપવા ઇચ્છતા હોય તેવા દરેક સજ્જને આ પુસ્તક ઘરમા રાખવાની આવશ્યકતા છે કિમત રૂપિયો સવા પોસ્ટેજ જુદુ

શ્રીમન્ત વરોદ્દન સરકારના કેળવણી ખાતાએ શાળાઓમા ઇનામ તથા લાઇબ્રેરી માટે મજુર કરેલુ અતિ ઉપયોગી સર્વોપયોગી બાળહિતવર્દ્ધક પુસ્તક

'માતાફરજ" યાને "બાળકોપયોગી ઔષધ".

આ લઘુ પુસ્તકનો ગ કેશવલાલ જેશકર ધોળકીયા, એલ એમ એન્ડ એસ એસી ચીફ સર્જન રામપુર સ્ટેટ (રોહિલખડ) રા વીરજી ઝીણા રાવળ એલ એમ એન્ડ એસ હાઉસ સર્જન જ્યુબિલિ હોસ્પીટલ જામનગર, રા પોપટ પ્રભુરામ, એલ એમ એન્ડ એસ જે પી સુપ્રિન્ટેન્ડેન્ટ આર્યન મેડીકલ કુલ મુબઇ રા લક્ષ્મીશકર લાલજી વ્યાસ, એલ એમ એન્ડ એસ મેડીકલ ઓફીસર માણાવદર સ્ટેટ, રા માધવલાલ ડી ભટ્ટ ફર્સ્ટકલાસ હોસ્પીટલ એસિસ્ટટ ઇનચાર્જ ગ્રેપે મરી બગસરા, રા રતીલાલ આર બક્ષી, એલ આર સી પી એલ. આર સી એસ (એડીન) એલ એફ પી એન્ડ એસ (ગ્લાસગો) રા ડી બી વસાવડા એલ એ મેડીકલ ઓફીસર ઇનચાર્જ ડીસ્પેન્સરી બાટવા રા મુળશકર આદિત્યરામ આર્ય વૈદ્ય વગેરેએ તથા અનેક વિદ્વાન ગૃહસ્થોએ અતિ ઉચ્ચ અભિપ્રાય આપેલા છે

આ નાના પુસ્તકના પ્રથમ ભાગમા 'માતાની પોતાના બાળક પ્રત્યેની સપુર્ણ ફરજ,' અને બીજા ભાગમા 'બાળકોના અનેક રોગની પિછાન સાથે સપ્પાબધ દેશી દવાઓ' લખ્યા ઉપરાત ઉપયોગી 'વિશેષ માહિતી આપવામા આવી છે **(બન્ને ભાગ સાથે) કિંમત—આના આઠ, પોસ્ટેજ જુ..**

મુ. જેતપોર (કાઠીયાવાડ) } એન કે. વૈષ્ણવ, ટાઇપિસ્ટ.

REGISTERED No. B 778

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાના નૂતન શોધખોળોના
ઉત્તમ રહસ્યોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતું લોકપ્રિય વૈદકીય માસિક.

ધન્વંતરી

DHANVANTARI

દરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.] એપ્રિલ. અંક ૪ થો.

સદ્ગત તંત્રી—ડૉ. મંજુલાલ ભોગીલાલ કંથારીઆકર.
એમ બી પી એમ એમ સી મેય બી (કલકત્તા)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મસીના માલેક,
ભોગીલાલ ત્રીકમલાલ વકીલ.
વીશનગર—ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોસ્ટેજ સાથે આગાઉથી ૨-૦-૦ છુટી નકલના ૦-૩-૦

સોરઠો.

મોજ મજાહમા રોજ, રહેવુ હોય જો શીવરી,
ખોજ સહિત પ્રતિરોજ, તો વાંચો "ધન્વંતરી."

"શ્રી સત્યનારાયણ" પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ-ઘી કાંટા—અમદાવાદ.

વિષયોની અનુક્રમણિકા.





ધન્વન્તરી.

SHRI DHANVANTARI

धन्वन्तरिं घृतकरामृत पूर्णकुम्भं पीताम्बर सकल सिद्धसुरेन्द्रवंद्यम् ॥
चन्द्रारविंदनयनं मणिमाल्यमायुर्वेद प्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમા અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા પીળા વસ્ત્ર ધારણ કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખા નેત્રવાળા, મણિમાળાને પ્હેરી રહેલા આયુર્વેદ એટલે વૈદકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક અને વળી જેમના નામનુ સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે, એવા શ્રી ધન્વંતરી ભગવાનને હુ નમન કરૂ છુ

"MENS SANA IN CORPORE SANO" "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

[પુસ્તક ૩ જું.] એપ્રિલ ૧૯૧૦. [અંક ૪ થો.

नेचरोपथी संबंधमां निश्चयात्मक भविष्य वाणी.

(પ્રકાશક પૂર્ણચંદ શર્મા.)

(એક દિન એવો આવશે એ રાહ)

એક દિવસ એવો આવશે— ! ! !

રુચે સહુજન ચિત્તમાં, નેચરોપથીનેજ ચાહશે—એક દિવસ૦
ગોળી ઘસારા ચુર્ણ ચાટણ, ઉકાળા આસવ ઘૃતો;
તે તરફ તન મન વચનથી, બહુ બેવફાઇ બતાવશે. એક દિવસ૦ ૧
વળી ઘણા બાગ તણાં ઘરો, અને ગીચ વસ્તી છોડીને,
હિતપ્રદ હવા સુપ્રકાશમાં, નહી રોજ મોજમાં મ્હાલશે. એક દિવસ૦ ૨
સુચિ સૂર્યકિરણ સુયોગ તેમ, પાણી પવન પૃથ્વિ વળી,
કસરત મનોબળ આદિ કુદરતી-અખ્તરા અજમાવશે. એક દિવસ૦ ૩
સાદો ખોરાક ને શુદ્ધ જળ શુભ-ધ્યાન નિયમ ને ધારણા;
અહનિશિ લઇ ઉપયોગમાં, ગુલતાન થઇ દિન ગાળશે. એક દિવસ૦ ૪
ધન્વંતરી હરી અવતરી ફરી-બોધ કુદરતી નિયમના;
પ્રતિપળે તેજ પળાવવા, સહુને ફરી શિખવાડશે. એક દિવસ૦ ૫

અશ્વિનિકુમાર ને ચરક સુશ્રુત, વાગ્ભટાદિ પ્રણીત જે;
તે યોગ્ય યોગ આરોગ્યના, સહુ તે પ્રભુ સમજાવશે. એક દિવસ૦ ૬
યોગીશ્વરો ફરી ઉદ્ભવી, સંકલ્પબળ સિદ્ધિવડે;
આશિર્વચન કરસ્પર્શ કરી, સહુ રોગ રંજ શમાવશે. એક દિવસ૦ ૭
વદિ વેદમંત્રો વિપ્રવર, પરજન્ય પાવક પવનને;
અનુકૂળ કરી આર્યો તણી, હઠ હરકતોજ હઠાવશે. એક દિવસ૦ ૮
આધુનિક ઔષધિક્રમ તણા, અંધકારનો અંત આણવા;
કમનીય કુદરતી નિયમનો, પ્રિય પૂર્ણચંદ્ર પ્રકાશશે. એક દિવસ૦ ૯
અસ્તુ ! ! !

Vaccination a Great Peril of Humanity.

(By Harry B. Bradford.)

One often hears as an argument for vaccination that "the majo ity of the medical profession believe in it ! " Dr. J. Dobson, of Conn eticut, says: " A majority of physicians does not matter, because this majority once opposed Harvey's discovery about the circulation of the blood; this great majority has a century ago bled & slaughtered thousands of people; this great majority has always hindered each true progress in medical science."

Ignorance has *always been a conspicuous characteristic* of this great "majority" of the medical profession. Only a small minority of that great profession to-day has any idea of the real causes of disease; of the enormous vital resistance nature has provided against disease, or of the most powerful methods of assisting in her efforts to aright the abnormal condition called disease.

There was more truth than fiction in Mark Twain's remark that the " Doctors have made the accumulation of ignorance the business of their lives."

The COMPULSORY blood-poisoning of millions of pure blooded children with the SYPHILITIC poison of the POX

of the cow is without a parallel for CRIME in the annals of all human history! The combined crimes of savagery present no equal to it. No age has been so "Dark" as the age which is sending down to the grave with terrible disease hundreds of little innocents every year. So true is the statement of Dr. Alexander Wilder that "The compulsion to pollute the body of a child with filthy animal poison is a crime against God and human nature itself, and every intelligent, conscientious person regards it accordingly." What must we think of the ignorant men in the profession of "healing" who are deliberately producing the emblems of death & destruction in formerly healthy & pure-blooded little bodies, and later drawing a revenue from the parents of those little innocents, whose pure blood they have polluted with an undefinable animal poison?

I have seen several terrible ulcers on little arms lately which I would not have on an arm or body of my children for all the money contained in the United States Treasury. How parents can meekly submit to this infamy without a strong protest is more than I can understand, except that their minds are submerged in the depths of hopeless ignorance!

Probably not one doctor in a thousand has ever treated a case of small-pox, therefore he is not in a position to speak with authority as to the severity of the disease in different persons, or as to whether vaccination affords any "protection" or "mitigation" against small pox.

The eminent English physician, J. J. Garth Wilkinson, said "The history of medicine, rife in delusions, which compress each other in grotesque succession from the earliest ages to the present time, supplies no instance comparable to th absurdity of vaccination. In many ways medicine has bec growing toward common sense, but into this inveterate, no political question all the stupidity blindness and recklessne of the middle ages seem to be gathered."

Dr. Carl Spinzig, who had charge of the small pc

hospital at St. Louis during the Civil war, said: The imminent danger of permanently injuring health & bringing life into early peril arising from vaccination must be fully apparent; yet if its practice is insisted on it cannot be considered as anything else than a wilful crime, and should certainly be liable to the same penalties as all other crimes against life."

Dr. J. W. Hodge, of Niagara Falls, writes: "Think of it, reader! Enforced distribution of disease among our young babies! What could be more preposterous & pernicious! Our children cannot be lawfully taught in the public schools, which their parents are taxed to support, until they have been sacrificed by the vaccinator's poisoned lancet, their pure blood polluted with the corrouption from the sores of diseased beasts, and their bodies scarred for life × × × × In conservative old England, the birth place of the charlatan, Jenner, and his filthy nostrum, compulsary vaccination is a thing of the past........"

Dr. A. W. Koenig of Hohenbruck, Germany, said: "The vaccination of cattllepocks is a horrifying wrong against the whole mankind."

Dr. Mayntzr (Germany) says: "Vaccination is a swindle, so great, so despicable & miserable as medical science was when vaccination was discovered." Dr. Gifford, of France, said at the International Congress in *Paris, in 1889 : " To Edward Jenner* a great monument is memory has been erected, and upon its columns in future, if not in the present generations will inscribe; 'Accursed be the man by whose cunning device the blood of all nations has been poisoned!"

One of the highest authorities in the world, Prof. Edgar M. Crookshank, says: "No 'lymph' whether human or animal or adulterated with other substances can be guaranteed either as pure or free from danger."

Prof. Alfred Russel Wallace, one of the greatest scientists of our age, says: "Vaccination is utterly opposed to the whole teaching of sanitary science, and is one of those terrible

blunders which in their far-reaching evil consequences are worst than the greatest of crimes."

There ought to be nothing strange to any thinking person about Dr. W. J. Collins' statement that "The vaccinated now-a-days generally constitute the majority of the patients in small pox hospitals, and in certain limited outbreaks ONLY vaccinated persons have been attacked." Dr. Collins was once Public Vaccinator of London, and said . "If I had desire to describe one-third the victims ruined by vaccination the blood would stand still in your veins." No wonder he resigned hsi position because he couldn't stand the sight of the misery it produced !

Prof. Fournier said . "A real & serious danger incurred in vaccination is that every individual is destined to undergo one or several times in his life the danger of vaccinal syphilis."

The German Vaccine commission reported 750 persons SYHILIZED between 1880 and 1884, and outbreaks of syphilis due to vaccination in several parts of Germany. Let every parent realize that "COW—POX" is NOT small pox-it is a thousand times WORSE !

The greatest smallpox epidemic of history came in 1870-2 in England & Germany after nineteen years of enforced vaccination, carrying off 44840 persons in England alone, and over 125000 persons in Prussia, nearly all of whom had been vaccinated if not re-vaccinated !

Dr. Seaton said "Prussia is the country where re-vaccination is most generally practised, the law making the precaution obligatory on every person. As the result, cases of small-pox are rare." Almost immediately after his statement the terrible epidemic broke out, carrying off the thousands of "protected" people referred to above. Nature handles FOOLS rather roughly sometimes.

Italy is vaccinated up to 98·5 per cent. of her 30000,000, population, but smallpox KILLED 47772 victims there during the years 1887, 1888 and 1889.

Japan has copied the the blood–poisoning crime and lunacy from other nations and has enforced blood–poisoning by law there for the past twenty years, in which time she has had 71611 of small-pox with 47919 DEATHS! In 1908 she had 18067 cases, with 5837 DEATHS from smallpox!

It is high time for this criminal outrage upon children to come to an end in this country, I call upon every intelligent parent to do all in their power to crush this barbarism.

× × × × × ×

Small pox never comes without invitation. Nature never has and never will visit as heavy penalty on cleanly people as she does on those who violate her laws and live in filth. What "protected" those thousands of unvaccinated people in the past & present? Has smallpox carried off only the "unprotected" undefiled in blood? Think of what absurdities & LIES the medical profession & Health (?) authorities have led the ignorant people to swallow! Why don't they tell them of the cases of crippling, total blindness for life and horrible deaths resulting from the introduction of commercial calf pus into human blood?

Why don't they tell them of the 13811 Philippine soldiers who reaped erysipelas, "hospital fever", sepsis, rotted–off arms, SYPHILIS and other diseases from enforced blood–poison by a government they were ready to give their lives in a braver way for? Why don't they tell them of those hundreds of vaccinated victims of smallpox, and their GRAVES as a "proof" of the "protecting" and "mitigating" effects of calf blood–poison? Why don't they tell of the most gigantic & cowardly GRAFT that has ever blackened the bloody pages of human history?

Humorous.

"A little nonsense now & then,
Is relished by the wisest men."

A WONDERFUL DOCTOR.

A baseball player had two fingers of his right hand badly bunged up in practice, and on his way from the grounds he dropped into a doctor's office t them attended to.

"Doctor," he asked anxiously as he was leaving, " this paw of mine heals will I be able to play the pianc

" Certainly you will," the doctor assured him.

" Well, then you are a wonder, Doctor, I never afore!"

WHAT ARE WE GOMING TO?

"Is the room disinfected?"

"Yes, mother, and I have sterilized the curte..., eodorized the furniture, septicized all the fixtures, vaporized he air, washed my lips in an antiseptic solution and—"

"Have you septicized the misttetoe?"

"Thoroughly, mother, everything is done. Arther is waiting now in the hydrogen room."

"Then you may go in let him kiss you, dear" *Lippincott's Journal.*

CLEVER STUDENT.

Surgeon What will you do if a patient comes to you with retention of urine and a bladder distended upto the umbilicus?

Clever Student I will ask him to go out and make water.

AN INQUIRY.

" What does the 'M. D' after your name stand for, doctor?" asked young Mr. Toofunny, at the reception.

"Many Debts," replied the physician, with a look that made Toofunny forget his venerable little joke, and feel that the doctor's bill had entered his soul.

PROTECTION AGAINST INFECTION.

Medicine Demonstrator:—"What place should a man choose to reside in s · that he may never have the danger of being affected by any infectious diseases?"

"Ten feet below the ground in a packed box"

आरोग्यने माटे शुं जरुनुं छे—,दवाओ, कसरत के मिताहार ?

લેખક. ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ ઈ એમ. ઈ. એન. ડી.

સૅન્ડો, પ્રોફેસર રામમૂર્તિ વગેરે અનેક પહેલવાનોએ જગતને બતાવી આપ્યું છે કે નિયમિત રીતે દરરોજ થોડી થોડી કસરત કર્યા કરવાથી લાંબા કાળે શરીર બળ, આરોગ્ય, અને સૌંદર્ય કેટલી હદ સુધી વધારી શકાય છે. પરંતુ આવા દાખલાઓ જોઇને ઘણાઓ તરત એવા નિર્ણય ઉપર આવી જાય છે, કે નિરોગ અ । બળવાન થવા માટે માત્ર સેંડોના "ગ્રીપ ડમ બેલ્સ" ખરીધા એટલે બેડો પાર. જો કદી બીજા કશા સાધનની જરૂર હોય તો એક નાનકડા પુસ્તકની, કે જેમાં "ડમ બેલ્સ" ની જુદી જુદી કસરતો શી રીતે કરવી તે વર્ણવેલું હોય. આ સાધનની સહાયતાથી તેઓ એકાદ વર્ષમાં ભીમ સમાન બળવાન થઇ જવાની આશા રાખે છે.

આ પ્રસંગે એક નાની સરખી વાત યાદ આવે છે. એવું કહેવાય છે કે, કોઇ એક રાજા મોજ શોખ અને ઇશ્કબાજીમાં બહુજ ગુલતાન બની ગયો હતો, અને તેથી અંતે તેનું શરીર છેકજ ક્ષીણ થઇ ગયું. પોતે દેશનો ધણી એટલે પૈસાની તો ખોટ જ શી હોય. પૈસા અને સત્તાના બળે તેણે દેશ પરદેશથી અનેક ડૉક્ટરો, વૈદો, હકીમો વિગેરેને બોલાવી તેમની સલાહ પુછવા માંડી, અને અનેક જાતની દેશી, યુનાની અને ઘરગથ્થુ દવાઓનો યથાવિધિ ઉપયોગ કરી જોયો. મોંઘી મોંઘી "યાકુતીઓ," માત્રાઓ, રસાયનો, વાજીકર ઔષધો, અને અનેક તરેહની "બાદશાહી" તથા "શહેનશાહી" વિશેષણોવાળી પેટન્ટ દવાઓનું લાંબો કાળ છુટથી સેવન કર્યું; પરંતુ દિવસે દિવસે શરીર વધારે વધારે બગડતું ચાલ્યું. વૈદ, હકીમો, અને ડોકટરોથી જ્યારે કાંઇ વળ્યું નહિ ત્યારે તેણે ભુવા, જતી, અને સાધનાવાળાઓના યંતર મંતરની અજમાયેશ લેવા માંડી. પરંતુ જેટલા પ્રમાણમાં આવા

ધુતારાઓના ખીસ્સા રાજાના પૈસાથી ફુલવા લાગ્યાં તેટલાજ પ્રમાણમાં રાજાનો રોગ દિન પ્રતિદિન વૃદ્ધિ પામતો ગયો. પરંતુ "જબ લગ શ્વાસ, તબ લગ આશ" એ વચનને અનુસરીને તેણે પોતાનો પ્રયત્ન ચાલુ રાખ્યો. આખરે એક દૂર દેશથી તે રાજાની દરબારમાં કોઇ ઉસ્તાદ આવ્યો. અને પોતાની વિદ્વત્તા અને ચાતુર્યથી પ્રધાન તથા સર્વ દરબારી મંડળને ખુશ કરી દીધું. રાજાને પણ ખાત્રી પડી કે આનાથી મારો રોગ જરૂર નાશ પામશે. પછી રાજાએ આ ઉસ્તાદને પોતાના રોગનો અકસીર ઉપાય બતાવવા બહુજ આગ્રહ કરી ફાયદો થયે મોટું ઇનામ આપવાનું વચન આપ્યું. તેથી ઉસ્તાદે કહ્યું કે મારા ઇલમની ખુબી તમને બતાવવાની ખાતર હું એક નવાઇ જેવા ઉપાયથી સાજા કરવા માગુ છું. પછી તેણે એક લોખંડનો પોકળ—પોલો ગોળો મંગાવ્યો અને તેની અંદર વિવિધ જાતની અલભ્ય દવાઓ ભરી. પછી તેને બરાબર બંધ કરી દેઇ, તે ગોળાને એક કડું ચહેડાવી તે ગોળાવડે કસરત કરવાનું રાજાને કહ્યું, અને વધારામાં ઉમેર્યું કે આ ગોળામા ભરેલી અદ્ભુત વનસ્પતિનો એવો ગુણ છે કે તેની ચમત્કારિક અસરને લીધે તમારા શરીરમા ભરાઇ રહેલો સર્વ રોગ દરરોજ પ્રસ્વેદ—પરસેવાના રૂપમાં બદનમાંથી બહાર નિકળી જશે. રાજાને આ ચમત્કારિક ગોળાના ગુણમા બહુજ વિશ્વાસ બેઠો અને તે વડે કસરત કરવા લાગ્યો. જેમ જેમ તે કસરત કરતો ગયો તેમ તેમ તેના શરીરમાથી પેલા ઉસ્તાદ હકીમના કહેવા પ્રમાણે પરસેવો નિકળવા લાગ્યો તેથી રાજાને વધારે વિશ્વાસ બેઠો, અને દરરોજ વધારે ઉત્સાહથી તે ગોળાને ફેરવવાની ખુબ કસરત કરવા લાગ્યો. અને પરિણામે ખરેખર તેનો સર્વ રોગ, અશક્તિ અને નામર્દાઇ જતી રહી, તેનામાં ફરી જુવાનોની ખુબસુરતી, ઉત્સાહ, કૌવત અને જુસ્સો આવ્યાં તેથી બહુજ ખુશી થઇ રાજાએ તે ઉસ્તાદ હકીમને પોતાનું અડધુ રાજ્ય ઇનામ દાખલ આપી દીધુ. આ જીવના સુધી તેની સાથે તે દિલોજાન મિત્ર તરિકે વર્ત્યો.

સમજુ મનુસોને ઉપરની વાતમાં અસંભવિત સરખુ કંઇજ જણાતું નથી. તેઓ તો તરતજ પામી ગયા હશે કે ઉપરની વાર્તા માત્ર વ્યાયામ—કસરતની મહત્તા અને ઉપયુક્તતાજ વર્ણવે છે. વળી રોગને ઉત્પન્ન કરનાર મળ પરસેવા રૂપે શરીરમાંથી નિકળી જઇ શકે છે એ વાત હવે નેચરોપથીએ સારી રીતે સમજાવી છે, તેથી ઉપરની વાતના પેલા ઉસ્તાદે હકીમે કહેલુ કે આ ગોળા વડે તમો કસરત કરશો એટલે તમારો રોગ પ્રસ્વેદના રૂપમા નીકળી જશે તે વાત પણ હાલની વિદ્યાને આધારે ખરી ઠરે છે. વળી અમારી તો ખાત્રીજ છે કે જો પેલા રાજાએ કોઇ ચમત્કારિક ઔષધિઓ ભર્યા વિનાનો પણ તેટલાજ વજનનો લોખંડનો ગોળો લેઇ, તે વડે તેટલાજ ઉત્સાહ અને શ્રદ્ધાથી કસરત કર્યા કરી હોત તો પણ તેને લગભગ તેટલોજ ફાયદો જણાયા વિના રહેત નહિ પરંતુ પેલો ચતુર ઉસ્તાદ સમજી ગયો હશે કે રાજાને માત્ર કસરત કરવાનો સાદે સાદો ઉપદેશ કરીશ તો, તે એમજ માનશે કે અનેક જાતની મોંઘી મોંઘી માત્રાઓ, જગપ્રસિદ્ધ રસાયનો, અને મશહુર માકુતિઓ ખાવાથી જે રોગ નથી મટ્યો, તે વળી એક સાદા સટ કસરતના સાધારણ ઇલાજથી શી રીતે મટી શકે? આવું વિચારીનેજ પેલા ઉસ્તાદે શ્રદ્ધા બેસાડવાના ખાતરજ પેલા ગોળામાં તરેહવાર ઔષધિઓ ભરી હશે ચમત્કારનો જમાનો હજુ પણ જતો રહ્યો નથી પેલા રાજાની પેઠે હજુ પણ કરોડો મનુષ્યોને

સામાન્ય સાદા ઉપચારોમાં વિશ્વાસ પડતો નથી. જે ચીજ બહુ પ્રમાણમાં મળી આવતી હોય, તે ચીજના વિષે તેમનો બહુજ હલકો વિચાર બંધાઇ જાય છે. તેવી ચીજોમાં કંઇ પણ મોટો ઉપયોગી ગુણ રહેલો હોય તે તેમના માન્યામાં આવતુ નથી. તેઓ હમેશાં કોઇ દુર્લભ અને મહામહેનતે પ્રાપ્ય થાય તેવી અને મોઘા મૂલની ચીજમાંજ ચમત્કારિક ગુણ હમેશા હોવાની વ્યર્થ કલ્પના કરે . છે. મનુષ્ય સ્વભાવની આવી ખામી અને દુર્લભતા ઉપરજ ઔષધી શાસ્ત્રનો પાયો રચાયો છે, અને જનસમુદાયના આવા ગાઢ અજ્ઞાનનો લાભ લેઇનેજ અનેક જાતના લુચ્ચા લોકો ગમે તેવી અલાઅલાની " પેટન્ટ " દવાઓ બનાવી પ્રજાનું ધન અને જીવન હરી લેવામાં સફળ થાય છે. વળી વધારામાં એ જોવાનું છે કે, આવી દવાઓ બનાવનારા પોતાની બનાવટના કચરાની (પેટન્ટ દવાઓની) જેમ વધારે મોટી કિંમત રાખે છે, તેમ લોકો મૂર્ખાઇથી એમ માને છે કે આટલી બધી કિંમત તેના બનાવનારે રાખી છે ત્યારે તેમાં ખરેખર કંઇ ગુણ તો હશે જ. લોકોની આવી માન્યતા છેકજ ખોટી નથી. અમે પણ માનીયે છીયે કે મોંઘી કિંમતની દવાઓમાં બેશક ચમત્કારીક ગુણતો હોય છેજ. પરંતુ તે ગુણ રોગ મટાડવાનો નહિ, પણ લોકોને પોતાની જાદૂઈ અસર વડે આંધળા બનાવી, તેમના પૈસા અને આવરદાનુ હરણ કરી લેઇ, વૈદ રાજ કે હકીમ સાહેબ યા તો લેભાગુ ડૉક્ટર જે તેવી દવાઓના બનાવનાર હોય છે, તેમની ત્રીજોરી તર કરવાનો ? પરમકૃપાળુ અને સર્વજ્ઞ, તથા જેનાથી કોઈ વધારે ડાહ્યું કે સમજુ બીજું કોઇ હોવાનો સંભવજ નથી, તે પરમેશ્વરે મનુષ્યોના જીવનને ટકાવી રાખનાર, વધારનાર, અને તેમનાં સર્વ શારીરિક અને માનસિક દુઃખોને દૂર કરનાર સાધનોને અત્યંત ઓછા પ્રમાણમાં બનાવીને તેમને કોઈ હિમાલય કે ગિરનાર જેવા પર્વતના શિખર પર કે કોઇ અંધારી વિકાળ ગુફામાં, અથવા કોઇ ગાઢા ભયંકર જંગલમાં અથવા કોઇ કરોડ ગાઉ પર આવેલા દૂર દેશમાં છુપાવી દીધા હોય, અને માત્ર થોડાક પૈસાદાર લોકોજ તેનો ઉપયોગ કરી શકે એવી ગોઠવણ કરી હોય એમ બનવું કેવળ અસંભવિત છે. એથી ઉલટું મનુષ્યો અને પ્રાણીઓના જીવન, આરોગ્ય, અને બળને વધારનાર સર્વોત્તમ અને અત્યંત ઉપયોગી સાધનોની અગત્યતાના પ્રમાણમાંજ તેમને પુરતા મોટા પ્રમાણમાં બનાવી લોકોને જ્યાં જાય ત્યાં સદા કાળ મળ્યા કરે એવી ગોઠવણ કરી છે. જગતની ઉત્પત્તિથી તે આજદિન સુધીમાં કોઇ પણ મનુષ્ય શુદ્ધ 'હવા જેવું ઉત્તમ " ટૉનીક " કે પુષ્ટિકારક ઔષધ શું બનાવી શકયો છે ! નિર્મલ અને મીઠાં જળ જેવું ઉત્તમ તૃષા છીપાવનાર અને શરીરને અંદર અને બહારથી સર્વોત્તમ રીતે શુદ્ધ કરનાર બીજુ એક પણ પ્રવાહી ઔષધ કોઇ પણ મનુષ્ય બનાવીશકવાને સમર્થ થયો છે? સૂર્યના પ્રકાશના જેવું અને જેટલું જીવન, બળ, જાગૃતિ અને આનંદ આપનાર હવા પાણીને વિશુદ્ધ કરનાર; ૠતુઓને તથા દુનિયાંના જુદા જુદા દેશની ઠંડી તથા ગરમીને સમતોલ રાખનાર; સમુદ્રના પીવાના કામમા ન આવે તેવા નિરૂપયોગી જળને કરોડોના કરોડો મણ જથ્થામાં "ડીસ્ટીલ " કરનાર (એટલે વરાળ કરી પછી તે વરાળને ઠંડી પાડી તેનું મીઠું નિર્મલ જળ બનાવનાર); જગતપરની સર્વ શક્તિઓને ઉત્પન્ન કરી શકનાર; તથા સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ છતાં પ્રબળમાં પ્રબળ શક્તિ ધરાવનાર, એવું એક પણ બીજું સાધન દુનિયાંપર કોઇ માણસ બનાવી--અરે, તેની કલ્પના પણ કરી—શકયો છે ? મનુષ્ય તેમજ પ્રાણીઓનાં

બચ્ચાં માટે તેમની માતાના ધાવણ જેવું ઉત્તમ પોષણ આપનાર વસ્તુ કોઇ પણ બનાવવાને હજુ સફળ થયો છે? અને મોટી ઉમરના મનુષ્યો માટે સુકા-લીલાં-મેવાફાર-અને રસ-વાળાં-ફળ જેવો સ્વાભાવિક, ચિત્તાકર્ષક, સ્વાદિષ્ટ, વિશુદ્ધ, નિર્દોષ અને પૌષ્ટિક ખોરાક કોઈ ખોળી કાઢવાને ભાગ્યશાળી થયો છે અથવા તો કસરત જેવું શરીર બળ અને મનોબળ વધારનાર કોઇ સાદું અને સરળ સાધન શોધી કાઢવામાં વિજયી નિવડ્યો છે? અરે, એટલુંજ નહિ પણ ઉપર કહ્યાં તેવા સાધનો કોઇ કાળે પણ ભવિષ્યમાં શોધી કઢા-વાનો સંભવ છે ખરો ? કદીજ નહિ. ખચીતજ કોઇ કાળે પણ નહિ. ત્યારે આવાં સર્વો-ત્તમ સાધનો દરરોજ દરેક મનુષ્ય સહેલાઇથી જોઇયે તેટલા પ્રમાણમા મેળવી શકે, અને નિરોગ, બળવાન, અને દીર્ઘાયુષી થઈ શકે, એટલુંજ નહિ પણ અજ્ઞાનથી શરીરમાં ઉત્પન્ન કરેલા સર્વ રોગો સહેલાઈથી મટાડી શકે તેવાં અકસીર ઉપર કહ્યાં તેવા સાધનો પરમ કૃપાળુ અને સર્વજ્ઞ પ્રભુએ બનાવ્યાં છે, છતાં મનુષ્યો કોઇ દુર્લભ્ય, દુષ્પ્રાપ્ય, અને મોંઘી ચીજોમાંજ નિરોગ રહેવાનાં, બળવાન થવાનાં, તથા દીર્ઘાયુષી થવાના સાધનો શોધે છે એના જેવું બીજુ કયુ ગાઢ અજ્ઞાન, મૂર્ખાઈ અને ઇશ્વર તરફની કૃતઘ્નતા હોઈ શકે. આવા ઘોર અજ્ઞાન અને પાપનુ ફળ મનુષ્ય જાતને પુરેપુરૂં દરરોજ મળતું રહે છે, છતાં મનુષ્યોના મોટા ભાગની આંખો ઉઘડતી નથી એ કેટલા ખેદ અને આશ્ચર્યની વાત છે? હજારો જાતની દુઃખદ વ્યાધિઓ, ભયંકર મહા મારીઓ, અને અકાળ મરણો દિવસે દિવસે વધતાં જોય છે, એ શુ સ્પષ્ટ રીતે નથી બતાવી આપતું કે મનુષ્યો આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવાના અને રોગો મટાડવાના ઉંધા માર્ગ લેઇ બેઠા છે? ઓ મનુષ્ય! આંખો મીંચીને ખાડામા શામાટે પડે છે? ઇશ્વરે આપેલી આંખ અને બુદ્ધિનો તું સદ્ ઉપયોગ શા માટે કરતો નથી? એક ક્ષણભર તો આંખ ઉઘાડીને જો અને વિચાર કર! મનુષ્ય જાતનો લગભગ પોણો ભાગ રોગ, અકાળ મૃત્યુ, ઉન્માદ, પશુત્વ, દુઃખ, કંકાસ, અને અસહ્ય શોકાગ્નિ ઉત્પન્ન કરનાર સાધનો દુનિયાં પર વધારવાના કામમા ધમ ધોકાર મંડી પડેલા જણાય છે! સોમલ, અફીણ, પારો, દારૂ, તમાકુ વછનાગ, ઝેરકચોળાં, વિગેરે—વિગેરે વિગેરે કરોડો જીવનનો નાશ કરનાર ઝેરોને ઉગાડવા, બનાવવા, તથા શીશીઓમા ભરી તેને લલચાવનારૂ રૂપ આપી દુનિયાના સર્વ મનુષ્યો વાપરી શકે તેવી સગવડ કરી આપવા માટે કેટલા ખેડુતો, તેમના બળદ ઘોડા વિગેરે જનાવરો, મજુરો, વેપારીઓ. કેમીસ્ટ્રો, દવાનાં કારખાનાવાળાઓ, દારૂ ગાળનારાઓ, બીડીયો બનાવનારાઓ, દવાને ભરવાની શીશીઓ, દાટા વિગેરે અનેક સાધનો બનાવનારા, તેમને એક દેશથી બીજે દેશ એક ગામથી બીજે ગામ, એક સ્થળેથી બીજે સ્થળે લેઇ જનારા, તથા વેચનારા તથા આવાં ઝેરોમાંજ આરોગ્ય, બળ, અને દીર્ઘાયુષ્ય આવીને છુપાઈ ગયું છે એવી ઇન્દ્ર જાળમા જગતને ફસાવવાના ધંધામા લાગેલા દવાઓના હિમાયતી વૈદ-હકીમ-ડોક્ટરો, તથા આવી ભમાવનારી જુઠી વાતો ફેલાવનાર જાહેર ખબરોવાળાઓ—વિગેરે વિગેરે કરોડો મનુષ્યો શુ પોતાની મહેનત વડે દુનિયાને વધારે બળવાન, નિરોગ અને દીર્ઘાયુષી બનાવે છે સેંકડો કે હજારો મણ દવા દર મહિને બનાવનાર એન્જીનો અને સંચાઓવાળા કારખાનાં, તથા કરોડો મણ દારૂ દરવર્ષે બનાવનાર ગંજાવર ખાતાઓ તથા તેમને આખી દુનિયાંપર ઝડપથી ફેલાવી દેનાર આગબોટો, આગગાડીઓ, ડોકટરો, અને હજારો દવાખાનાઓ આગલા વખતમાં

નહોતાં ત્યારે શું બધા લોકો બિચારા પાંચ દશ કે પંદર વર્ષનુંજ આયુષ્ય ભોગવી પ્લેગ, "બેરીબેરી," "ઍપેન્ડાઈ સાઇટીસ" ક્ષય, પાઠું, વિસ્ફોટક, પરમો, ચાંદી, મેલેરીયાં, વિગેરેથી મરી જતા, અને દુનિયાં બધી ઉજડ વેરાન થઈ જતી ? આવાં ગંજાવર કારખાનાં તથા દવાઓ જ્યાં જોઇયે ત્યાં તૈયાર મેળવવાનાં સાધનો આગલા જમાનાના લોકોને આજના જેટલાં નહોતાં, અને મફત દવા મેળવવાની સેંકડો મોટી મોટી સરકારી તથા ખાનગી હોસ્પીટલો તથા દવાખાનાં નહોતાં ત્યારે શું બિચારા પુરાણા જમાનાના લોકો અત્યંત નિર્બલ, ઠીંગણા, બહુ રોગથી પીડિત, અને બહુજ ટુંકા આયુષ્યવાળા હતા ? અરે ! એતો શું, પણ હાલના જમાનાનીજ વાત કરીયે બહુ પૈસાદાર લોકો અને મુંબાઈ, કલકત્તા અમદાવાદ, સુરત વિગેરે શહેરોના લોકો જેમને ઉત્તમમાં ઉત્તમ ગણાતી દવાઓ, કુશળમાં કુશળ ગણાતા ડોકટરોની સલાહ. તથા અનેક દવાખાનાં, તથા પ્રસિદ્ધ વૈદ હકીમોની ઔષધશાળાઓનાં સાધનો મેળવવાની સગવડ, ગામડાના લોકો અને ગરીબ લોકો કરતાં ઘણીજ વધારે છે, તેઓ શું ગામડાના લોકો કરતાં વધારે નિરોગ, વધારે બળવાન અને વધારે લાંબી જીંદગી ભોગવનાર હોય છે ? આના કરતાં પણ આગળ વધીને આપણે મનુષ્ય જાતની બીજાં સર્વ પ્રાણી, પશુ, પક્ષિ વિગેરેની સાથે સરખામણી કરીયે. પાળ્યા વગરનાં કુદરતી રીતે જીવન ગાળતાં હરણ, હાથી, વાંદરાં, ઘોડા, સિંહ, સસલાં, મેનાં, પોપટ, મોર, શાંબરમૃગ, જળકુકડી, કાચબા, મગર, સીલ, વિગેરે વિગેરે જમીન, પાણી કે હવામાં ફરનારાં તથા ગરમ–થંડા–અને સમશિતોષ્ણ પ્રદેશોમાં રહેનારાં પ્રાણીઓને કોઇપણ જાતની "ફંકીઓ", માત્રાઓ, રસાયનો, "ટોનીક" દવાઓ, "સ્ટીમ્યુલંટ" યાને માદક કે ઉત્તેજક દવાઓ, તેમજ "જર્મીસાઇડ" અને "ડીસીંફૅક્ટન્ટ" ઔષધો જંતુઓનો નાશ કરવા માટે વાપરવા કોઈ પણ દિવસ મળતી નથી; વળી આવાં "સુધારો" શું ચીજ છે તે નહિ સમજનાર જંગલી બિચારાં પ્રાણીઓને પોતાના દાંત સ્વચ્છ રાખવા તથા મજબુત બનાવવા માટે "ટુથ પાઉડર" અને "ટુથ પેસ્ટ" તથા "ટુથ બ્રશ" એટલે દંતમંજનો અને દાંત સાફ કરવાની પીછીઓ આખી જીંદગીમાં એક વાર પણ વાપરવા—અરે જોવા સરખી પણ મળતી નથી ! બિચારાં કેટલાં અભાગીયાં ! વીસમી સદીની છેલ્લામાં છેલ્લા સુધારા અને શોધોને આધારે બનતી અનેક તરેહની "રામબાણ" દવાઓ અને દંતમંજનો વાપરવાને ભાગ્યશાળી ન થનાર બિચારાં દુનિયાંનાં પશુ, પક્ષિ, પ્રાણીઓ કરોડો રોગ, દુઃખ, શોક, ચિંતા, અકાળ મૃત્યુ, વિગેરેથી રોજ ઘણીજ ગંજાવર સંખ્યામાં પીડાતાં હશે ! ! હરણ, ઉંદર, સમલાં, વાંદરાં, ઘોડા, ગાય વિગેરેના દાંત દંતમંજનો અને બ્રશ વિના કોહીને ખવાઈ જતા હશે. અને નાની ઉમરમાંજ તેઓ દાંત વગરનાં બોખાં થઇ જતાં હશે !

બિચારા આવાં નિરાધાર જંગલી, વગર "સુધરેલાં" પશુ, પક્ષિ, પ્રાણીઓ દરરોજ લાખોની સંખ્યામાં ક્ષય, "ડીપ્થેરીયા," મૅલેરીયા, કૉલેરા, પ્લેગ, વિગેરે રોગોના સૂક્ષ્મ ઝેરી "જંતુઓ"નાં ભોગ થઇ પડતાં હશે !! શિવ ! શિવ ! શિવ ! શું જગતમાં કોઈ પરોપકારી મનુષ્ય નહિજ હોય ? શું જીવદયા જગતમાંથી સમૂળગી નાશજ પામી ગઇ હશે ? અને જો આમ ન થઇ ગયું હોય તો પછી આપણા "સુધરેલા" જમાનાના દયાળુ લોકોમાંથી કોઇ સખી દિલનો દાતાર આવાં અનાથ પ્રાણીઓને "ટુથ પાઉડરો," ચાકુતિઓ, અનંગરંગ લેપો, રસાયનો, માત્રાઓ, 'ટૉનીકો' અને 'સ્ટીમ્યુલંટો' નો મોટો જથો દર

વર્ષે પુરો પાડવાની યોજના કેમ કરતો નથી? વીર્યવર્ધક દવાઓ વગર પ્રાણીઓ અને પશુ પક્ષિઓ નપુંસક બનતા શી રીતે બચશે? તેઓનાથી વાઝીયાપણાનું મ્હેણું શી રીતે ટાળી શકાશે? દતમંજનો સિવાય તેમના દાંત ખવાઇ જતા શી રીતે અટકશે? બાલ રંગવાના "કલપો" સિવાય તેમને પળીયા આવતા કેવી રીતે રોકી શકાશે? અરે! તમાકુ, ચ્હા, કોફી, અફીણ, દારૂ, ભાંગ, ગાંજો, કોકેન વિગેરે અમુલ્ય સાધનો વગર તેમનામાં હુશીયારી, ચાલાકીને કામ કરવાનો ઉત્સાહ અને ચપળતા શી રીતે રહી શકશે? "પેનકીલરો" "જર્મીસાઇડો" અને "ડીસીઇન્ફેક્ટન્ટો" વગર તેઓની ચુંક, શુળ દુ:ખાવો શી રીતે મટી શકશે? પ્લેગ, કોલેરા, ક્ષય, મેલેરીયા, વિગેરેના જતુઓનો જંતુનાશક દવાઓ વડે નાશ કર્યા વગર તેઓ ઉડતા ચેપી રોગોથી શી રીતે બચી શકશે? અરે સુધરેલી ઢબની હોસ્પીટલો વગર તેઓ બિચારાં પોતાનાં દરદો નાબુદ કરવા માટે ક્યાં રવડી મરશે?!!!

પ્રિય વાંચનાર! રખે તું એવી કલ્પના કરતો કે આ લેખને સાધારણ મનુષ્ય જેટલો પણ દુનિયાનો અનુભવ નથી. રખે એમ ધારતો કે લેખકનુ મગજ કેવળ ખસી ગયેલું છે. ઉપર પ્રમાણે વક્રોક્તિઓ અને કટાક્ષ એટલા માટેજ કરવાની જરૂર પડી છે કે, હાલના વખતમા મનુષ્યોનો મોટો ભાગ ભૂલથી એમ માનવા લાગ્યો છે કે વીર્યવાન, પુરૂષત્વવાળા બળવાન, નિરોગ, અને દીર્ઘાયુષી થવા માટે દવાઓ વગર ચાલે તેમ નથી. તેઓ એમ અજ્ઞાનથી ધારે છે કે અનેક તરેહના વ્યાધિઓ થતા અટકાવવા માટે તથા થયેલાં દરદો મટાડવા માટે, અને રોગને ઉત્પન્ન કરનાર ગણાતા સૂક્ષ્મ જતુઓથી બચવાને માટે દવાઓ વિના બીજો કોઇ સારો ઉપાય છેજ નહિ આવી ગાઢ અજ્ઞાન દર્શાવનારી વાતો કેટલી બધી ખોટી અને મનુષ્યની ખરી ઉન્નતીને અટકાવનારી છે તે બતાવી આપવા માટેજ ઉપર પ્રમાણે દવાઓ નહિ વાપરનાર જુના જમાનાના લોકો, ગામડાના મનુષ્યો, તથા જંગલ, જળ, અને હવામા રહેતા પશુ પક્ષી, પ્રાણીઓના દષ્ટાંત આપવામા આવ્યા છે. લેખક દરેક સમજુ મનુષ્યને બહુ નમ્રતા અને માનપૂર્વક પુછે છે કે આખા વિશ્વના અનેક તરેહના પ્રાણીઓનું રક્ષણ દવાઓ વિના શી રીતે થાય છે દવાઓ વિના તેઓ વીર્યવાન, નિરોગ, બળવાન, આનંદી, ચપળ, અને પૂર્ણ આયુષ્યવાળાં શી રીતે થઇ શકે છે? તેઓ પોતાના વ્યાધિઓ દવાઓ વિના શી રીતે મટાડી શકે છે? સૃષ્ટિના આરંભ કાળથી બનતા આ અગત્યના બનાવ શું માત્ર અકસ્માતથી બને છે? શું કોઇ ખરા "**કુદરતી નિયમો**" ને આધારે આવા બનાવો બને છે એ વાત આપને ખરી લાગતી નથી? કુદરતના નિયમો સર્વવ્યાપી, અચળ, સર્વમા એક સરખી રીતે પ્રવર્તનાર અને મોટા અપવાદો વિનાના હોય છે એ વાત જે અનાદિ કાળથી સિદ્ધ થયેલી છે, અને હાલના વખતના પણ સર્વ વિદ્વાનો કબુલ કરે છે, તે વાત શું આપને માન્ય નથી? પ્રાણીઓનાં શરીરો જેટલા પ્રમાણમાં મનુષ્યોને મળતા આવતાં હોય તેટલા પ્રમાણમા કુદરતી કાયદાઓ બન્નેનાં શરીરોને એક સરખી રીતેજ લાગુ પડે છે એમ જે પ્રાણી વિજ્ઞાન શાસ્ત્રનો પ્રથમ સિધ્ધાંત છે તે વાત તમે ખોટો પાડવા ધારો છો? આ પ્રશ્નો બહુજ અગત્યના છે. જો દરેક મનુષ્ય આ પ્રશ્નો ઉપર ઉંડો વિચાર પોતાના મન સાથે સ્વતંત્ર રીતે કરે તો ખરેખર દુનિયામાં મોટો ફેરફાર અને ખરો લાભદાયક સુધારો થયા વિના રહેજ નહિ. જ્યારે મનુષ્ય જાત સિવાયનાં પશુ-પક્ષિ-પ્રાણીઓ બિલકુલ ઉપયોગ કર્યા વગર

કડવા, ગળ્યા, મોળા, ઉના, ટાઢા વિગેરે જે જે પદાર્થો તેમજ દુધ, પાણી, ચ્હા, કોફી વિગેરે અનેક જાતની ધટ તેમજ પ્રવાહી ચીજો જે દરેકને જુદી પાડી તેમની યોગ્ય વ્યવસ્થા કરી, તમારામાંના દરેકને જોઇયે તેવા પદાર્થો તેમાંથી બનાવવાનું કામ મારૂં છે. સર્વ ખોરાકમાથી મને તો જરાએ સ્વાદ કે આનંદ મળતો નથી સ્વાદ ને આનંદ તો અત્ર બિરાજેલા મી. મુખરાયજી લેઇ જાય છે. વળી ખરૂં પુછાવો તો મને પોતાને કે આપણા દેહનગરના રાજ્યને મીઠું, મરચું, આંબલી, મરી, હીંગ, રાઇ, તમાકુ, ચ્હા, કોફી, અફીણ, દારૂ વિગેરે કોઇ પણ પદાર્થની બિલકુલ જરૂર નથી, ઉલટા તેઓ આપણ સર્વને ખરાબ કરનારી ચીજો છે. છતાં મી. મુખરાયજી આવી નકામી ચીજોના ઢગલા નકામા લાવી લાવીને મારા આગળ નાખે છે. શરૂઆતમાં તો આવા પદાર્થો આવતા ત્યારે હું સામે થતી અને ખૂબ ફર્યાદ કરતી; પરંતુ જ્યારે મને કોઇનો ટેકો મળ્યો નહિ, ત્યારે સલાહ શાન્તિની ખાતર મેં મુંગે મોઢે આવા નકામા કચરાની પણ જે બને તે ગોઠવણ કરવા માંડી ગૃહસ્થો! મારા દુઃખની શી શી વાત કહું!! ખરૂં પુછો તો હું અબળા ઉપર જેટલો જુલમ, અન્યાય અને કેર વર્તે છે તેટલો બીજા કોઇને સ્વપ્ને પણ નહિ હોય. રાત્રે તમો સર્વ કોઇ નિરાંતે નિંદ્રા લેતા હોછો ત્યારે પણ હું તમો સર્વને માટે પોષણનાં સાધનો પુરાં પાડવાને માટે ધમધોકાર કામ ચલાવ્યા કરૂં છું. તમો જુઓ છો કે રાત્રે પણ મારે કેટલું કામ કરવું પડે છે. તેમાં વળી, નાગર લોકોની નાતે તો હદજ કરવા માંડી છે. તેમનામાં ઘણીવાર રાત્રીના બાર કે બે વાગ્યે પહેલી પંગત જમી ઉઠે છે. તે વખતે મારી શી વલે થતી હશે, અને મારે કેવાં કષ્ટ વેઠવાં પડતાં હશે, અને મોડી રાત્રે અનેક જાતના ખારા, ખાટા, તીખા, ઉના, તેલવાળા, ભારે અને એવા એવા પદાર્થોની યોગ્ય વ્યવસ્થા કરવામાં મને કેટલી કેટલી વિટંબણાઓ પડતી હશે તેનો, ગૃહસ્થો! તમેજ ખ્યાલ કરો. હવે બહુ વિવેચન કરવાનો હાલ સમય નથી, કારણ આપ સર્વનાં મન હાલતો ક્ષુધાને લીધે આકુલ વ્યાકુલ બની ગયેલાં છે. માટે અંતમાં એટલુંજ કહું છું કે હવેથી આપ સર્વ સ્વાર્થી અને આળસુ નહિ બનતાં પરસ્પર હળી મળીને કામ કરવામાં હમેશ મંડયા રહેશો."

* * * *

યોગ્ય કસરત અને પોષણ વગર શરીરની કેવી હાલત થાય છે, તે ઉપર લખેલી વાત ઉપરથી બહુ સ્પષ્ટ રીતે સમજાય છે. પરંતુ તેથી એક સોપાન આગળ વધીને અમે પુછીશું કે શું માત્ર એકલી કસરતજ ગમે તે અને દરેક માણસને આરોગ્યની પ્રાપ્તિ કરાવી આપે? ખરેખર કેટલાક માણસોને આ પ્રશ્નનો જવાબ હકારમાં આપવાનું મન થશે, પરંતુ તે ખરીરીતે એક અવિચારી જવાબજ ગણાય. આ વાત સ્પષ્ટરીતે સમજાય આવી રીતે ઉપરનોજ સવાલ હું જરા નવા રૂપમાં મૂકું છું. હું પુછું છું કે—" કોઇ એક અતિશય વિષયી માણસ, અથવા એક જબરો દારૂડીઓ, અગર તો અમુક અટલ અફીણીઓ, માત્ર એકલી કસરત વડેજ શરીર અને મનનું પૂર્ણ આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે?" હવે તમારા મનને પુછી જુઓ કે આના જવાબ હકારમાં તમે આપી શકો છો કે કેમ? મારી તો ખાત્રી છે કે, તમે તેમ કરી શકશો નહિ. જો આમજ હોય તો પછી એટલું તો સ્પષ્ટ થાય છે કે ખરી તંદુરસ્તી અને બળ મેળવવા માટે કસરતની સાથે અમુક

બીજી કોઇ સારી ટેવની જરૂર છે. અને તે, ખાસ કરીને મિતાહાર અને નિર્વ્યસનીપણું છે.

અમે આગળ વધીને એટલે સુધી કહેવાની હિંમત ધરીયે છીયે કે કસરત વગર પણ આહાર વિહારમા નિયમ પાળવાથી અને હાનીકારક વ્યસનોથી દૂર રહેવાથી મનુષ્યો ઘણો લાભ મેળવી શકે છે. કસરત કરવા માટેના વખતની તંગીનુ બ્હાનું કોઇ બતાવી કે, પરંતુ મિતાહારી અને નિર્વ્યસની રહેવા માટે અમને વખત મળતો નથી એમ કોઇથી હી શકાય તેમ નથી. કારણ ઉદ્યોગીમા ઉદ્યોગી મનુષ્ય પણ જો ધારે તો તેની આખી જીંદગીની દરેક ક્ષણ નિર્વ્યસનીપણું જાળવી રાખી શકે છે. જેમ કસરત માટે પોતાનું બીજુ કામ કરવાના વખતમાંથી થોડો વખત બચાવવો પડે છે તેમ મિતાહાર અને નિર્વ્યસન માટે કરવુ પડતું નથી. કસરત, મિતાહાર અને નિર્વ્યસનનું હવે આપણે જગ ધારે બારિક નિરિક્ષણ કરીયે.

આપણે જાણીયે છીયે કે કસરતને લીધે શરીરના મલોત્સર્ગક અવયવો સતેજ બનવાથી શરીરમાંથી નિરૂપયોગી અને રોગજનક કચરો નિકળી જાય છે અર્થાત કસરત એ રોગનો ઉપાય છે પરંતુ મિતાહાર અને નિર્વ્યસન તો રોગનો અટકાવ છે રોગના કારણો શરીરમા એકઠા થવા દેઇ પછી તેને કાઢી નાખવાનો પ્રયત્ન કરવો, તેના કરતા રોગનાં કારણો શરીરમા દાખલજ ન થાય એવા ઉપાય કરવા એ કેટલું ઉત્તમ છે ? ! અને તેથી જો કસરત રૂપી ઉપાયની સાથે નિર્વ્યસન અને મિતાહાર રૂપી અટકાવનું યોગ્ય મલગન કરવામા આવે તો પછી વ્યાધિરૂપ દાનવ શી રીતે ટકી શકે કસરત કરવાથી શરીરને જરૂરના સર્વ જાતના રસ પુરતા જથાગા શરીરની અંદર દરરોજ પેદા થાય છે, અને શરીરનુ રૂધિરાભિસરણ વધારે સારૂ અને નિયમિત થાય છે એ વાત જાણીતી છે આ સાથે વળી નિર્વ્યસન અને મિતાહારને લીધે કુદરત શરીરની અંદર પોતાનુ કામ અમાધિતરીતે-વિના અડચણે ચલાવી શકે છે, અને શરીરની અંદર પેદા થતા સર્વ બળ અને જીરસાનો પુરતો સદુપયોગ કરી શકાય છે. પરંતુ અમિતાહાર અને દુવ્યસનોથી શરીરના કેટલાક બળનો નકામો નાશ થઇ જાય છે, અને શરીર બગડતુ જાય છે. માટે જો એક તરફથી તમે કસરત વડે શરીરને વિશુદ્ધ કરતા રહો, અને બીજી તરફથી આહાર વિહારમાં નિયમિત રહી દુર્વ્યસનોથી દૂર રહો તો તમારા શરીરમા રોગના કારણો કદી ઉત્પન્નજ થઇ શકે નહિ ટુંકામા કહેવાનું કે મિતાહાર અને નિર્વ્યસનથી રોગનો અટકાવ થાય છે, ત્યારે કસરત રોગ મટાડવાને મથે છે.

કસરત અને મિતાહારના સાથે મળીને કામ કરવાથી કેવા ઉત્તમ પરિણામ આવે છે તે જોવા માટે આપણે ભૂતકાળના એવા વખત તરફ નજર ફેરવીએ કે જ્યારે હાલના જેવી મોજશોખ અને એશઆરામનો બહુધા અભાવ હતો, જ્યારે પોતાના નિર્વાહને માટે દરેક માણસને અંગ મહેનત કરવી પડતી હતી, અને તકીયાખર કે કોચપર પલંગે પલંગે કે આખો દિવસ ટેબલ ખુરશીપર બેટે બેઠે નહિ, પણ અંગ મહેનત અને માનસિક પરિશ્રમ વડે કામ કરીને સાદુ ભોજન ખાવાને મળતુ. આવા કાળના ઇતિહાસો તપાસો અને તમારી ખાત્રી થશે કે તે વખતની પ્રજા વજ્ર સમાન પ્રચંડ શરીરની, દીર્ઘાયુષી, અને નિરોગી હતી. જો તમને ભૂતકાળના ઇતિહાસ તપાસવામા માથાકુટ જણાતી હોય અગર તે વખતના ઇતિહાસોમા અતિશયોક્તિ ભાસતી હોય તો, હાલના વખતના લોકો તરફજ

નજર કરી જુઓ. એટલે કે અંગ મહેનત વડે પોતાનું ગુજરાન ચલાવનાર ગામડાંના ખેડુતોનાં શરીરો સાથે શહેરોની કૉલેજોના છોકરાઓ અને ઑફીસોના ક્લાર્કોને સરખાવી જુઓ. અને પછી તમેજ કહો કે એ જાતના લોકોમાંથી કોણ વધારે નિરોગ અને બળવાન છે, અને કોણ વધારે લાંબું આયુષ્ય ભોગવી શકશે.

સર્વ રીતે તપાસતાં એ સાબીત થાય છે કે દુર્વ્યસનો અને કસરત એ બે વસ્તુ કેવળ વિરોધી ગુણની છે. દુર્વ્યસનો અને અમિતાહાર તથા હદ ઉપરાંત વિષય ભોગથી શરીર કેવળ ક્ષીણ અને નિઃસત્વ બની જાય છે, અને તેથી જો આવી કુટેવો ચાલુ રાખી અને સાથે કસરત કરવામાં આવે તો તેવી કસરતથી શરીરને લાભ થવાને બદલે મોટું નુકશાન થાય છે. આવા વર્તનથી જીવન દોરી વહેલી ત્રુટવા માંડે છે અને તેથી મહા ભયંકર રોગો પેદા થવા લાગે છે.

આપણા દેશના, તેમજ રોમ અને ગ્રીસના પુરાણ ઇતિહાસમાં કસરત અને મિતાહારના સંયોગથી ઉપજતા આશ્ચર્યથી ચકિત કરી નાંખે તેવાં ઉત્તમ પરિણામો આવ્યાના ઘણા દાખલાઓ નજરે પડે છે. ઇતિહાસ પ્રસિદ્ધ " ઓલીમ્પીક ગેમ્સ " જેવા શરીરબળની ખરી કસોટી થાય તેવા કસરતની રમતોના મેળાવડામાં કાંઇ હાલની માફક ચમચામાં ઇંડું મૂકી દોડવાની સરતો (The Egg & the Spoon Race.) જેવાં ફારસો કરવામાં આવતાં નહોતાં. તે જમાનાની સરતોમાં શારીર બળની ખરી કસોટી કાઢવામાં આવતી હતી, અને તેવી સરતોમાં ઉતરનારા સખત બ્રહ્મચર્ય પાળનારા તથા નિર્વ્યસની અને મિતાહારી હતા એ કહેવાની બિલકુલ જરૂર નથી. તે સમયના એકાદ ઉત્તમ પહેલવાન બરફ, આઇસ્ક્રીમ, સોડા વૉટર, ચ્હા, કૉફી, દારૂ, તમાકુ, ભજીયાં, સેવ ગાંઠીયા, બરફી જલેબી, ઘી, તેલ, મરચાં, આંબલી, રાઇ, અને બીજી અનેક અલા બલા દરરોજ ઠાંસી ઠાંસીને આરોગતો, તથા હાલની માફક કોચ, તથા ગદેલા ઉપર આખો દિવસ પડી રહેતો તથા અતિશય વિષય સેવન કરતો કલ્પો, અને પછી કહો કે તેની પહેલવાની કેટલા દિવસ ટકી રહેશે ? એક પ્રખ્યાત ઇંગ્રેજ લેખક કહે છે કે—" For my part, when I behold a fashionable table set out in all its magnificence, I fancy that I see gouts & dropsies, fever & lethargies with innumerable distempers lying in ambuscade among the dishes." " મારી પોતાની બાબતમાં તો, જ્યારે હું ભોજનના થાળ પૂર્ણ ભભકામાં અનેક તરેહના પદાર્થોથી પીરસાયલા જોઉંછું, ત્યારે હું એવી કલ્પના કરૂંછું કે જાણે તે ભોજનના પદાર્થોમાં સંધીવા અને જલોદર, તાવ અને જડતા અને બીજા અનેક ઉપદ્રવ છુપાઇ રહેલા હું જોઉંછું. " જો આમ છે તો પછી જઠર અને આંતરડાંમાંથી લગભગ ઘણા ખરા વ્યાધિઓ પેદા થાય તે શું નવાઇની વાત છે ? મિતાહારને માટે આટલું વિવેચન હાલ તુરત માટે પુરતું ગણીયે છીયે.

હાલના વખતમાં લોકો પોતાની અનેક કુટેવો અને દુર્વ્યસનો તથા આહાર વિહાર સંભોગમાં અમિતાહારપણું મૂકી દેવાને બદલે, સુંદર પાક, કંદર્પ પાક, વાજીકર પ્રયોગો, ચાકુતીઓ, માત્રાઓ, અને દેશી–યુનાની–ઈંગ્રેજી પેટન્ટ દવાઓ વડે વીર્યવાન, બળવાન, તેજસ્વી, અને દીર્ઘાયુષી થવા માટે જે વ્યર્થ ફાંફાં મારે છે તે કેટલું અશક્ય અને વ્યર્થ

છે તે બતાવી આપી, દરરોજ ખૂબ કસરત કરવા છતાં કેટલાકને જોઇયે તેટલો સારો લાભ કેમ જણાતો નથી તે દેખાડી આપી તેમને નિર્વ્યસન અને મિતાહારની જરૂર, તથા ખાનપાનના નિયમ પાળવા છતાં પૂર્ણ આરોગ્ય નહિ અનુભવનારને કસરતની અગત્ય સમજાવવાનો આ લેખનો ઉદ્દેશ હતો તે યથાશક્ય પાર પાડવાનો લેખકે પ્રયત્ન કર્યો છે. દુનિયાનો દરેક પ્રસિદ્ધ પહેલવાન કસરતની સાથે સાથે આહાર વિહારમાં સખ્ત નિયમિતપણાની, અને નિર્વ્યસન, સદાચાર તથા આંતરબહિર શુદ્ધિની મહાન આવશ્યક્તા સ્વિકારે છે. નિર્વ્યસની અને મિતાહારી માણસોનાં શરીરોમાં રોગ ટકી શકનોજ નથી, આ વાત પુરાણા કાળથી પ્રસિદ્ધ છે. દાખલા તરિકે ઍથેન્સ શહેરમાં જ્યારે પ્લેગ વધારેમાં વધારે ભયંકર રૂપમાં ચાલતો હતો તે વખતે મહાન તત્વવેત્તા **સોક્રેટીસ** દરદીઓમાં અને મુડદાંઓ બાળ્યા વગરનાં પડયાં હોય તેવા લત્તાઓમા છુટથી ફરતો હતો, છતાં તેને પ્લેગનો જિવડૂસ ચેપ લાગતો નહિ. ઘણા વિદ્વાનોનો એવો મત છે કે આમ થવામાં એક અગત્યનું કારણ તેનું મિતાહારપણું અને નિર્વ્યસન હતાં. ઇતિહાસની એક વધુ સાબીતી આ વિષયમાં રજુ કરતાં હું કહું છું કે સાદો ખોરાક, અંગ મહેનત, તથા સદાચારને લીધે આગલા જમાનાના લોકો જેટલું લાંબુ આયુષ્ય સહેલાઇથી ભોગવી શકતા હતા, તેથી અર્ધું આયુષ્ય પણ હાલના જમાનાના લોકો ડાક્ટરી વિદ્યાના અને દવાઓના સુધારા વધારા છતા અને સુખનાં સાધનો વધવા છતાં ભોગવી શકતા નથી, એ વાત શું અમારા વિચારોને પુરતો ટેકો આપતી નથી ? આ વિષયમા હજુ ઘણું વધારે વિવેચન થઇ શકે પરંતુ " सुज्ञेषु किं बहुना ?"

वाळो–नारु.

વાળો–નારૂ (Guinea worm) ગીની વર્મ. આ વ્યાધિ ગરમ હવાવાળા દેશોમાં થાય છે જેવા કે સિંહલદ્વીપ, મક્કા, હિંદુસ્થાનના દક્ષિણ ભાગમાં ઘાટને લગતા દેશમાં વધારે થાય છે. થંડી હવાવાળા દેશોમાં થતો નથી. ચામડીની નીચે એક જાતના કરમ જેવો જંતુ પેદા થાય છે, તેને વાળો અથવા નારૂ કહે છે. ઘણીવાર તે તાર જેવો પાતળો હોય છે. અને વખતે ક્વીલ જેટલો જાડો હોય છે. તે ઓછામાં ઓછો સાત ઇંચથી માંડીને પાંચ કિંવા દસ ફુટ સુધીનો લાંબો હોય છે.

નિશાની વાળો નિકળવા પહેલાં ઘણુંકરી તે જગાએ અગન બળે છે, દુખાવો થાય છે, અને આસપાસની જગોએ સોજો થઇ આવે છે, પાકવા માંડે છે, ફોલ્લો થઇ આવે છે, ફુટી જાય છે તે પરની સાથે સફેદ તાર જેવો વાળાનો છેડો નીકળી આવે છે. વાળાના જોરથી ઘણી વખતે તાવ આવે છે. અને તંદુરસ્તિમાં બિગાડ થાય છે. એક જગાએથી વાળો સારો થયા પછી કેટલીક વખત તે બીજી જગાએ નીકળે છે. એમ વારા ફરતી પાંચ સાત જગોએ નિકળે છે. વાળા ઘણું કરી કમરથી નીચેના ભાગમાં નીકળે છે. તેમાં પણ પગની ચામડી નીચે ઘણીવાર જોવામાં આવે છે, કેટલીક વખત હાથ, પગ, અને છાતી વિગેરે અવયવો ઉપર પણ નીકળે છે.

તળાવો, વાવો, હવડ કુવા કે જેમાંનું પાણી ઘણા લાંબા વખતથી ગળાતું નથી અથવા ખાલી થઇ નવું પાણી ભરાતું નથી તેવા સ્થળોના પાણીમાં એક જાતનાં જંતુઓ પેદા થાય છે. તે જંતુઓનાં બારીક ઇંડાં પાણીમાં રહે છે. અને તેવા પાણીમાં સ્નાન કરનારના શરીરની ચામડીમાં તેનો પ્રવેશ થાય છે. અને ત્યાં તેનું પોષણ થઇ તે મ્હોટો થાય છે. ત્યાર પછી તે બહાર નિકળે છે. કેટલાક માણસોને તો વાળાનાં ગુંચળાં ચામડીમાં સ્પષ્ટ લાગે છે. વાળો ચામડીમાંથી ત્રણ રીતે બહાર નિકળે છે. કેટલાકને તે જગાએ સોજો થઈ પાકી ને પરૂ સાથે બાહાર નિકળે છે, કેટલાકને તે જગોએ ફોલ્લો થઇ ફુટી જઇ તેમાંથી બાહાર નિકળે છે. અને કેટલાકને શિળસ શરીરે ફુટી અત્યંત વેદના થઇ બહાર નિકળે છે.

ઉપાય—અવડ જળાશયો અને ખાડીના પાણીમાં સ્નાન કરવું નહી ને કદાપી કરવામાં આવે તો સારા ચોખ્ખા ટુવાલથી શરીરને ઘસીને કોરૂં કરવું શરીરના કોઇપણ ભાગને ભીનો રહેવા દેવો નહી. વળી આવા સ્થળોમાં—ભીની જગોમાં ખુલ્લે શરીરે સુવું પણ નહીં વળી જ્યાં વાળાનું દર્દ ઘણું થતું હોય ત્યાં ખુલ્લા પગે ચાલવું નહીં. અને તેવા અગવડ જળાશયોમાં પગ પણ ભીના કરવા નહીં વાળાનો ફોલ્લો કે તેનું ગડ થવા માંડે કે તેના ઉપર પોટીસ દર ૩ યા ૪ કલાકે બાંધવી. જેથી ગડ કે ફોલ્લો ફુટી જશે અને પરૂ સાથે વાળાને છેડો બહાર આવશે. તેને એક હાથની આંગળાથી બરાબર પકડી રાખી બીજા હાથની આંગળીથી વાળાની જગોની ચાંમડીને ઓળાંસતા જવું ને ધીમેથી વાળાને ખેંચતા જણું કે વાળો આખેાને આખો બાહાર નિકળી જશે. પણ જો બધો બાહાર ન આવે તો તેને જોરકરી ખેંચવો નહીં. કારણ તેમ કરવાથી જો વાળો તુટી જાય છે તો તેથી અત્યત વેદના થાય છે. વાળો જેટલો બાહાર આવ્યો હોય તેટલાને એક સળી પર બરાબર લપેટવો ને તે અંદર જતો ન રહે માટે તેના ઉપર સુતરનો દોરો વીટવો અને દરરોજ થોડોથોડો ખેંચતા જવું કે ચાર પાંચ દિવસમાં આખો વાળો બાહાર નિકળી જશે. વાળાનું ગુંચળું ચામડી નીચે સ્પષ્ટ જણાય તો તે જગોએ નસ્તર મુકી છેદ પાડી વાળાને બાહાર ખેંચી કાહડવો. એમ કરવાથી એ જગા પાકતી નથી. વાળાના દરદથી તાવ વીગેરે દરદ થાય તો તેની દવા દરેક રોગમાં લખેલી હોય તે કરવા હરકત નથી. વાળો બહાર દેખાયા પછી તે જગોએ ચોપડવાની અને બાંધવાની દવા સાધારણ રીતે નીચે પ્રમાણે કરવામાં આવે છે. આકડાનાં પાન, એરંડાનાં પાન, ધંતુરાનાં પાન, લીંબડાનાં પાન, એમાંથી એમે તે જાતનાં પાન દેવતા ઉપર શેકીને કીંવા લીંબડાનાં પાનને બાફીને બાંધવામાં આવે છે. હીંગ અને અફીણનો પણ લેપ કરવામાં આવે છે.

*ઉંધાંફુલીનાં પાન (આ છોડ ચોમાસામાં ખેતરોમાં અને ચરા કે બીડની જગામાં થાય છે. તે બે હાથ સુધી વખતે ઉંચો થાય છે. તેને કાળા રંગનાં અને ગુલાબી રંગનાં ફુલ થાય છે. તે ફુલો હમેશાં જમીન તરફ વળી ઉંધાં રહે છે.) રૂ ૨) ભાર લીમડાનાં પાન રૂા. ૨) ભાર એ બન્નેને બારીક વાટી તેની લુગદી દિવસમાં બે વાર એટલે સવાર સાંજ બાંધવાથી વાળાના દર્દને આરામ થાય છે.

---

* આ ઉપાયો સાધુ સંત અને બીજા ગ્રહસ્થના અનુભવેલા છે.

આકડાનુ દુધ ટીપા ૪ ગેાળ માસા ૩ મા મેળવી ખાવુ આ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ કરવાથી વાળાનું દર્દ જલદી મટે છે આકડાનુ દુધ ગરમ જણાય તેા તેના ઉપર ઘી ખાવુ ધેાળા કબુતરની વિષ્ટા (હગાર) એક વાલ ત્રણ માસા ગેાળમા ત્રણ દિવસ આપવાથી અત્યત ગુણ કરે છે દિવસમા બે વખત લેવામા આવે તેાપણ હરકત નથી

વતાકની ડગલી કાઢી તેમા થેાડી હીંગ વાટેલી નાખી ઉપર વતાકની ડગળી બેસાર વી પછી છાણાના દેવતાના અગારાની રખ્યા થવા આવે તે વખતે તે ભરસાડમા વતાક મુકી પકવવુ બફાએથી તે વતાકને બાહાર કાઢી લેઇ પેલી ડગળી કાઢી લેવી અને ખાવ ત્રકુ વતાક વાળેા નિકળેલા ભાગ ઉપર મુકી પાટેા બાધવેા આ ઉપાયથી નીકળેલેા વાળેા સાજ સુધીમા પિગલી પીળેા થઇ નીકળી જશે

રાધેલા ચેાખા રૂ ૩) ભાર તથા દહી રૂ ૨) ભાર, નવસાર રૂ ૧) ભાર સુધી વાટી તેમા મેળવી ખાઇ જવુ સાજ સુધી કઇ ખાવુ નહી તેમ સાજ સુધી પાણી પીવુ નહી, ખાધા પછી પણ પાણી ન પીવુ કેગળા કરી મેા માફ કરવુ સાજે દહી ભાત ખાવુ આ ઉપાયથી વાળાની ગાઠ અને સેાજો એક દિવસમા ઓગળી જાય છે

કાચ ઓળીયેા રૂ ૧) ભાર, ગેાળ રૂ ૨) ભાર, લેઇ તેની સાત ગેાળીયેા કરવી અને સાત દિવસ સુધી દરરેાજ એક ગેાળી ખાવી આ ઉપાયથી વાળાની નીકળેલી ગાઠનેા સેાજો મટી જાય છે કેટલાક એલીયા અને ગેાળની ચેાટલી વાળેા નીકળ્યેા હેાય તે પર બાધે છે તે પણ ઉપરના પ્રમાણથી બાધવા જેટલુ લેવુ ચેામાસામા અળશીયા થાય છે તે માટીમા રહે છે ને માટી ખાઈ જીવે છે તે સાપના કણા જેવા લાબા અને પાતળા હેાય છે (અળ શીયાને ભૂનાગ કહે છે) ચેામાસુ ગયા પછી તે મરી જાય છે અળશીયા સુકવેલા સુતાની દવા વેચનારને ત્યા બે ત્રણ આને અગર તેથી પણ કમી કીમતે તેાલેા વેચાય છે એનું રૂ ૦ા ભાર સુધીનુ ચૂર્ણ લેઇ તેની ગેાળમા ગેાળી કરી ખાવી એ પ્રમાણે ત્રણ ચાર દિવસ ખાવાથી શરીરમા રહેલેા વાળેા બાહાર નીકલી જાય છે

जाणवा येाग्य समाचार.

લેખક—તત્રી.

૧. નવાં ડાક્ટરી પુતળાં-કણુ નાંખવાથી મળી આવતી દવા—એક અમેરિકન ડાક્ટરે હાલમા માણસના શરીરના જુદા જુદા અવયવેા ઉપર કાણા પાડી તેમા કણુ નાખવાથી તુરત દવાની યાદી મળી આવે એવુ એક ડેાકટરી પુતળુ બનાવી તેનુ પેટંટ લીધુ છે તે સબધમા એવુ જણાવવામા આવે છે કે એક માણસના પેટના ભાગમા જેને દુખાવેા થતેા હેાય તેણે પેટના ભાગમા એક કણુ નાખવેા જેથી એના ઉપાય માટે શી દવા વાપરવી તેની યાદી તેમાથી મળી શકશે (કેારોનેશન એડવરટાઇઝર)

૨ મુબાઇવાળા ડૅાકટર બેન્ટલીએ મુબાઈમા એક નવી જાતના ડાસની શેાધ કરી છે. જે ડાસ મેલેરીયા તાવના જંતુઓનેા નાશ કરે છે

૩. **પતંગીઆના કાન પેટ ઉપર.**—એક બાહોશ વનસ્પતિ વિજ્ઞાન શાસ્ત્રીએ એવી શોધ કરી હતી કે વૃક્ષપાન અને વેલાઓને પણ જોવાની ઇદ્રિય હોય છે. પરંતુ હાલમાં જંતુવિદ્યાના શોધકે એવી શોધ કરી છે કે પતંગીયાને કાન હોય છે. તેનો આકાર માણસના કાનથી જૂદો હોવાનું જણાવે છે. તે કાન તેના પેટ ઉપર હોય છે. માત્ર સવાલ એજ રહે છે કે તે કાનથી તેઓ સાંભળે છે કે નહિ. એમ ધારવામાં આવે છે કે જંતુઓ અને પક્ષિઓની આંખ ઘણીજ નાજુક અને ચાલાક હોય છે, અને કાનનું કામ આંખથીજ ચાલે છે. પરંતુ એ સવાલનો નિર્ણય હજુ સુધી કોઇ લાવી શકયું નથી.

૪. યુનાઇટેડ સ્ટેટસમાં હમણાં થયેલી ગણત્રી પ્રમાણે જણાવવામાં આવ્યું છે કે "ટાઇ ફૉઇડ" તાવના ખર્ચમાં દર વર્ષે ૨૭૦ લાખ રૂપીયાનો ખર્ચ થાય છે.

૫. ગઇ તારીખ ૧૩ મી એ હીંદી દાકતરોના લાભ જાળવવા સારૂ કલકત્તામાં વૈદ્ય વિદ્યાની વૃદ્ધિ કરવા માટે આગેવાન વૈદોનું એક કૉન્ફરન્સ ભરાયું હતું અને "ઑલ ઇન્ડીયા મેડીકલ એસોસીએશન " ની બંગાલમાં શાખા સ્થાપિત કરવાનો ઠરાવ કરવામાં આવ્યો હતો.—" સત્સંગ.

૬. **લંડનથી પૅરીસ શહેરનો દેખાવ.**—બર્લીનના રહેનાર મી. અરનેસ્ટ રૂમર નામના ગૃહસ્થે લંડનમાં બેસીને પૅરીસ શહેર જોઈ શકાય એવું યંત્ર શોધી કાઢયું છે. તે બાબત વધુ ગોઠવણ કરી પૂર્ણ ફતેહ મળ્યા પછી અઢીલાખ પૌંડનો ખર્ચ કરી, તેને બ્રસેલ્સના પ્રદર્શનમાં ખુલ્લુ મૂકવાનો ઇરાદો તે રાખે છે.

૭ વીલિયમ જેમ્સ સીડીમ નામના એક અગીઆર વર્ષના અમેરિકન છોકરાએ જે વિદ્વતા પ્રચુર ભાષણ કર્યું છે તેથી હાવર્ડ યુનિવર્સિટીના નામાંકિત પ્રોફેસરો આશ્ચર્યચકિત થયા છે. આ છોકરો ઘણો ચાલાક હતો એ વાતતો પ્રોફેસરોને ઘણા દિવસથી વિદિત હતી જ. પણ તેણે પોતાના વ્યાખ્યાનમાં ગણિત વિષય સંબંધી જે હોંશીયારી બતાવી છે તે તેમની કલ્પના બહાર હતી. આ વિદ્વાન છોકરાની પોષાકાદિ વસ્તુ તદન સાધારણ છોકરાના જેવીજ છે. તેની અગાધ વિદ્વતાની કલ્પના કોઇના મગજમાં આવી શકે એમ નથી. તેના વ્યાખ્યાનનો વિષય Fourth Dimentional Bodies એ હતો. અદ્યાપિ પર્યંત આધુનિક વિદ્વાનો ગણીત શાસ્ત્રના આ વિષયને બરાબર સમજ્યા નહોતા. પરંતુ ઉક્ત બાળ વિદ્વાને એ વિષયનો પ્રારંભ અને વિવેચન એવી ઉત્તમ રીતે કર્યું હતું કે સભામાં બેઠેલા પ્રોફેસરો હબકીજ ગયા. વ્યાખ્યાન દરમ્યાન કેટલાક પુખ્ત પ્રોફેસરોએ શંકા ઉઠાવી હતી; પરંતુ એ શંકાનું સમાધાન બહુ સરસ રીતે કરી " હવે તમે સમજ્યા કે " એવું વચન બાળ વિદ્વાનને મ્હોડેથી સાંભળતાં તેની વિદ્વતા કેટલી ઉંડી છે તેની કલ્પના પણ પ્રોફેસરોના મગજમાં આવી શકી નહિ. હિંદી લોકોને આ વાત સાંભળી આશ્ચર્ય લાગશે નહિ; કારણ ગણિત કરતાં પણ ગહન એવા વેદાંત વિષયનું પ્રતિપાદન જ્ઞાનેશ્વરે બાળપણમાંજ કીધું હતું. (ગુજરાત.)

૮ ખરેખર કેટલાક મનુષ્યો કરતાં તો પશુ પંખીઓની નીતિ સારી હોય છે. આ સંબંધી ડૉ. હચિન્સન નામના વિદ્વાન લેખકે એક પત્રમાં પશુઓના લગ્ન સંબંધ વિષે એક લેખ લખ્યો છે જે વાંચવા યોગ્ય છે. આ લેખકમાં એ વિદ્વાન લેખકે જણાવ્યું છે

કે પશુ પક્ષીઓમાં બધી જાતના લગ્નસંબંધો જોવામાં આવે છે પરંતુ એમનો મોટો ભાગ એક પત્નીને વળગી રહે છે. કેટલાંક પક્ષિઓમાં—જેમકે કોકીલામાં—પશુઓ કરતાં વ્યભિચાર વધારે હોય છે બીજાં કેટલાંકમાં એક પતિવ્રત પણ વિશેષ છે. ૯૦ ટકા જેટલી સંખ્યા એક પતિવ્રત ધારણ કરે છે. અને પતિ અને બાળકોના રક્ષણમાં મેાટો ભાગ લે છે પાળી શકાય એવાં જાનવરોમાં વ્યભિચાર તરફ વિશેષ વલણ હોય છે અને જેઓમાં એ દુષ્ટતા છે તેઓનેજ મનુષ્ય પોતાના સ્વાધીન કરી પાળી શકે છે. અન્ય સર્વે વ્યભિચાર કરતાં મૃત્યુ વધારે પસંદ કરે છે, એકન્દર ઉન્નતિનો માર્ગ એક પતિવ્રતની દિશામાં જાય છે. માણસોએ પશુ પક્ષીઓની આ નીતિનું કેટલું અનુકરણ કરવા જેવું છે? (ગુજરાત)



आर्यावर्त्तनी घरगुनी दवाओ.



(લેખક—તંત્રી.)

સાંપ્રત કાળે પ્રજાવર્ગમાં અનેક જાતના વ્યાધીઓ જોવામાં આવે છે. એવા વ્યાધીઓના દેશી અને વિદેશી દવાઓના સંખ્યાબંધ ગ્રંથો લખાયા છે અને લખાય છે. એટલુંજ નહીં પણ જુદા જુદા ગ્રંથોમાંથી દવાઓના ઉતારા લેઈ એક ગ્રંથ રચી તેને પોતાના મન ગમતું કલ્પિત નામ આપવામાં આવે છે બીજી બાજુ અનેક પેટંટ દવાઓની શોધો થાય છે. અને તેની હજારો જાહેરાતો છપાય છે. પરંતુ તેથી ધારેલો અર્થ પાર પડતો નથી.—યોગી મહાત્મા, સાધુ, સંન્યાસી અને પાહાડ પર્વતમાં રહેનાર લંગોટીયા લોકો અને વૃદ્ધ અનુભવી ડોશીઓ કેટલીક ઘરગુની અને જડીબુટીની દવાઓનું એવું જ્ઞાન ધરાવે છે કે તેમની દવાઓથી વૈદ ડોક્ટરો જે રોગોને અસાધ્ય ગણી છોડી દેછે તેવા રોગો તેમના હાથે મટ્યાના હજારો ઉદાહરણો આપણા જોવામાં આવે છે. આવી દવાઓ ગ્રંથોના પાંનાં ફીંદતાં કદી પણ મળે તેમ નથી. કારણ કે દીર્ઘકાળથી આપણા આર્યાવર્તના લોકો આવી દવાઓ બીજાને બતાવતા નથી અને ઘણે ભાગે તો આવી દવાઓનો તેવા માણસોના મર્ણ સાથે જ લોપ થાય છે. આવી કેટલીક દવાઓ તો કેટલાક લોકોમાં પેઢી જાત ઉતરેલી હોય છે. અને હજારો માણસો ઉપર તેની તેજ દવાનો તેવા રોગ ઉપર ઉપયોગ થએલો હોવાથી તેનો રોગ ધાર્યા પ્રમાણે મટે છે પણ ખરો. આવા લોકો પાસેથી તેવી દવાની માહેતી લેવી એ કાર્ય અત્યંત દુર્ઘટ હોય છે. કારણ તે બાબતનો મને સંપૂર્ણ અનુભવ મળી ચુકેલો છે.

છેક બાલ્યાવસ્થાથી મને દેવતાઓ મંત્રો અને ધર્મ ઉપર અત્યંત શ્રદ્ધા હતી. હું પંદરમે વરસે નોકરીમાં જોડાયો હતો અને મને યુવાવસ્થામાંથી દવાનો શોખ લાગ્યો હતો, જેથી હું નોકરીમાં છતાં માહારા ખાનગી વખતમાં દવાઓનો અભ્યાસ કરતો હતો અને તે અભ્યાસ અનુભવમાં મુકવા હું દવા આપવાનું કામ પણ સાથે જ કરતો હતો. માહારૂં ગુજરાન નોકરી ઉપર હતું જેથી દવામાંથી પૈસા મેળવવા તરફ માહારી વૃતી જતી નહોતી, કારણ માહારી ખાત્રી હતી કે હું દવામાથી પૈસા મેળવવાના લોભમાં પડીશ તો

જુદી જુદી જાતના દર્દવાળા રોગીઓની સારવાર કરવાની મને તક મળશે નહી. અને દવાઓનો અનુભવ પણ મને થશે નહી. આ વખતે માહારા સામે હરીફાઇમાં ચાર પાંચ અનુભવી વિદ્વાન વૈદ અને ડૉક્ટર પણ હતા. છતાં પણ માહારી સારવારમાં આવતાં રોગીઓના રોગોનું નિદાન કરવામાં અને તેને દવા આપવામાં હું પુરતું લક્ષ આપતો જેથી માહારા હાથે ઘણા રોગીઓને આરામ થયાના સંખ્યાબંધ લેખી દાખલાઓ માહારી પાસે છે. માહારા પાસે દરરોજ ઘણા દરદીઓ દવા લેવા આવતા અને તેમાંથી મને પૈસા પણ કેટલાક દરદીઓ ખુશી થઇ આપી જતા જેમાંથી મેં વૈદકના ઘણા ગ્રંથો ખરીદ કર્યા. અને અનેક જાતની માત્રાઓ તથા ભસ્મો તૈયાર કરી માહારા વૈદકીય નિસ્પૃહી ધંધાને લીધે પ્રજા વર્ગની માહારા તરફ અત્યંત પ્રીતિ રહેતી, તેમજ માહારા ઉપરી અમલદારો પણ સંતુષ્ટ રહેતા અને તેમણે મને ઘણા લેખી દાખલા આપ્યા છે. દવાના ઉદ્યોગ સાથે મને મેસમેરીઝમ (પ્રાણ વિનિમય) વિદ્યાનો અભ્યાસ કરવાનો પ્રસંગ મળ્યો. તે વિદ્યાથી માહારા વૈદક ધંધાને વધારે ઉત્તેજન મળ્યું; કારણ દર્દીને દવા આપતા પહેલાં તે દવાઓ દ્રઢ સંકલ્પ કરી આપવામાં આવતી તો તેનો ગુણ ઘણો જલદી જણાતો. દવાના ધંધાને લીધે તે વખતે માહારે વડોદરા રાજ્યના માજી ચીફ મેડીકલ ઓફીસર સાહેબ સાથે ગાઢ સંબંધ બંધાયો, અને તે દ્વારાએ મને વધારે ઉત્તેજન મળ્યું. આ માહારો ધંધો દિનપર દિન વૃદ્ધી પામતો રહેવાથી મને અનેક સાધુ સંત સંન્યાશી યોગી અને ડુંગરમાં રહેનાર ભીલ કોળી જેવા લોકોનો પણ સમાગમ થતો હતો, તેમને ખુસ કરવા બનતું પ્રયત્ન હું કરતો અને તેવા લોકોની અનુભવી દવાઓ હું મેળવી માહારી નોટ બુકમાં લખી રાખતો. તે એટલે સુધી કે કયા માણુસ પાસેથી મને કઇ દવા કેવા પ્રસંગે પ્રાપ્ત થઇ છે. આવી સંખ્યાબંધ દવાઓની નોંધ માહારી પાસે છે. આવી દવાઓ જો માસિકદ્વારા પ્રજાવર્ગ આગળ મુકવામાં આવે તો પ્રજાવર્ગને ફાયદો થાય અને તે દવાઓનો લોપ થતો અટકે, જેથી હું માહારા ધન્વંતરી માસિકમાં એવી ઘરગુતી અને જંગલની જડીબુટીઓ તથા વાંચવામાં આવેલા ગ્રંથોમાની સહેલી વનસ્પતિ વીગેરની દવાઓ રોગના કકાવારી ઇન્ડેક્ષથી લખીશ, જો હું તે રોગનું નિદાન વીગેરે લખવા બેસું તો પછી માહારે શાસ્ત્રોક્ત દવાઓ પણ લખવી પડે, તેમજ તે સંબંધી સંપૂર્ણ હકીકત લખવી પડે એટલે એવા દરેક રોગની ઘરગુતી દવાઓ પ્રજાવર્ગ આગળ મુકવાને ઘણો વખત લાગે જેથી મે ઉપર પ્રમાણે કકાવારી રોગોના અનુક્રમથી દવાઓ લખવા વિચાર રાખ્યો છે. એ સંખ્યાબંધ દવાઓમાં કેટલીક ગ્રંથોમાંની પણ હશે. મે બધી દવાઓનો અનુભવ કર્યો નથી, પણ કેટલીક દવાઓનો અનુભવ મને લખાવનાર યોગી મહાત્મા વીગેરેએ કર્યાનું વાતચીત પ્રસંગે કહેલું હતું.

અર્શ—મસા-વવાસિર-મુળવ્યાધિની દવાઓ.

૧ સાકર તથા નાગકેશર સમભાગ લેઇ તેને બારીક ખાડી રાખવું, તેમાંથી સવાર સાંજ રૂ ૧) ભાર પ્રમાણે ટાઢા પાણી સાથે ફાકવાથી અર્શનું પડતુ લોહીબંધ થશે. કદાપી લોહી પડતું નહી હોય ને પીડા થતી હશે તો તે પણ મટશે.

૨ માંખણ અને મધ સાથે નાગકેસરનું ચુર્ણ ચાટવાથી અર્શની પીડા મટશે.

૩ છાશમાં કંકુ રંગ બદલાતાં સુધી નાંખવું. છાશ નવટાંક લેવી. તે પીવાથી અર્શની પીડા મટે છે.

૪ ખરેંટીનાં પાન નવટાંકને આશરે લેવા તેને વાટી પાણી નાંખી રસ કાઢવેા ને તેમાં ત્રણ ચાર મરીના દણા વાટી નાંખી તે પીવાથી ઘણા દિવસના અર્શ મટે છે. અર્શ ઉપર ખરેંટીના પાનેની લુગદી બાંધવાથી અર્શ મુળમાંથી ખરી પડે છે.

૫ હીંગબેાક, બેાદારસિંગ, મેારથુથુ, એ સમભાગ લેઇ ધંતુરાના પાનના રસમાં વાટી. અર્શ ઉપર ચેાપડવાથી ફાટી જઈ મટી જાય છે

૬ ચૂલા ઉપરનેા ધુમાસ મધ કે પાણીમાં મેળવી આપવાથી અર્શ મટી જાય છે.

૭ મીઠા ઇંદ્રિજવ રૂ. ૦। ભાર, ઇલાયચી રૂ. ૦॥ ભાર, સાકર રૂ. ૦॥ ભાર, નાગકેશર રૂ. ૦॥ ભાર લેઇ તેમાંથી સવાર સાંજ રેાગીના કૈાવત પ્રમાણે ફાકી પાણી સાથે આપવાથી અર્શ મટે છે.

૮ ઢેડ ઉમરડાની છાલ શેર ૧, શીમલાની છાલ શેર ૧, કરેણા આંબાની છાલ શેર ૧ લેઇ સુકવી ખાડી તેનુ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ દરેકનું જુદું જુદું શેર ૦। પ્રમાણે લેવું. તે સર્વના વજન બરાબર સાકર મેળવવી. એ ચુર્ણ ચાલીશ દિવસ ફાકવું.

૯ સુરેાખાર જઇ ૧ ભાર પાણીમાં વાટી ચેાપડવાથી અર્શ નીકલી પડે છે.

૧૦ કાળાંમરી જઈ ૦। ભાર, ટંકણખાર જઈ ૦। ભાર, હાથી દાતનેા વેર જઇ ૦। ભાર લેઇ ઘુંટી તેની ધુણી દિન ૩ દેવાથી અર્શ મટે છે.

૧૧ માયાં ૨, કેાડીયેા ૪, મેારથુથું રૂ. ૦। ભાર, અજમેા ર ૧) ભાર, અડામાં છાણા નેા ગેાર ઉપર નીચે મુકી વચે દવા મુકી છાણાને સળગાવી બાળવું. અજમાને ઠીકરામાં જુદેા બાળવેા એ બધાની રાખ વાટી પાડીના મુતર સાથે અર્શ ઉપર ચેાપડવાથી અર્શ ગળી જશે. આ દવા રવીવારે કે મંગળવારે ચેાપડવી. તેલ મરચું ખટાશ વીગેરે ખાવી નહી.

૧૨ લીલું કેાપરૂ તથા સાકર ચવરાવવાથી મસાનુ દર્દ મટે છે

૧૩ કરમાળી અજમેા રૂ ૦॥ ભાર, મેારથુથુ જઈ ૧ ભાર, માયા જઇ ૨ ભાર, લાલ સેાપારી જઇ ૪ ભાર, કેાડીયેા નંગ ૯ એ રીતે ચીજો લાવવી મેારથુથાને કવેળામા બાળવુ, અજમાને પણ બાળવેા પછી કેાડીયેાનેછાણાના અંગારામા પકાવવી લાલ સેાપારી તથા માયાંને છાણા ઉપર મુકી બીજુંછાણું ઉંધુ પાડી સળગાવી બાળવુ બલી જવા દેવું નહી. સેાના કેાયલા થાય એટલે પાણી શીવાય બુજાવવા. બધુ એકત્ર વાળી કપડ છીન કરી મસાપર કેાઈ દબાવવું. પાંચ સાત દિવસ દબાવવાથી મસા મટે છે.

૧૪ લીલી લીંબડાની લીંબેાળી, સેાપારી જુની, ઘેાડાના નખ–લીબેાલી શીવાયની ચીજોને બારીક કરવી અને તેને કપડેથી ચાળી નાંખવી. પછી લીબેાલી મીજને, બારીક ખાંડી ભેગી મેળવી ઘુટી તેની ગેાળી કરવી સુકાયા પછી તે ગેાળી ઘસી અર્શ ઉપર ચેાપડવાથી અર્શ ખરી પડેછે. દરરેાજ ચેાપડવી જોઇએ.

૧૫ કડાછાલ બાળી ચીની ખાંડ સાથે ટાંક ૧ દિન ૧૪ સુધી ફાકવાથી અર્શ મટે છે.

૧૬ એળચી ટાંક ૪. સાકર ટાંક ૪, વાસીપાણી સાથે શરીર બળ પ્રમાણે ફકાવવું.

૧૭ જાઇનાં ફુલને ખાંડી ચીનીખાંડ સાથે ફાકવાથી અર્શ મટે છે.

૧૮ રસવંતી ટાં. ૧॥, એલચી ટાં. ૧॥, છડ ટાં. ૧॥. એ સમભાગ સાકર ટાં. ૪માં શક્તી પ્રમાણે ફકાવીએ તેા અર્શની પીડા મટે.

૧૯ કરમાણી અજમો જય ૧॥ ભાર, વાવડીંગ જય ૨ ભાર, એમથી અર્ધું વાટી લુગડે બાંધી છાણાંના અંગારા ઉપર મુકી અર્શ ઉપર ધુણી આપવી.

૨૦ જસતનો કડકો મ્હોટા પાણીના વાસણમાં આઠ દિવસ નાંખી મુકવો. આઠ દિવસ પછી તે પાણી દરરોજ ગુદાની જગો ધોવાના કામમાં લેવું. એમ કેટલાક દિવસ કરવાથી અર્શ મટે છે.

૨૧ અંધેડાના બીજનો કલ્ક ચોખાના ધોવરામણ સાથે પીવાથી અર્શથી પડતું લોહી બંધ થાય છે.

૨૨ આમલીના પાનનો રસ પીવાથી અર્શ દુઝતા બંધ થાય છે.

૨૩ આમલીની છાલનું વસ્ત્રગાળચૂર્ણ ફાકવાથી દુઝતા અર્શ બંધ થાયછે.

૨૪ ધોળા કનેરના મુળને ઉકાળી તેનું પાણી બળતાં જાડો ભાગ રહે તેનો લેપ કરવાથી અર્શ મટે છે.

૨૫ કમલકાકડીનું ચૂર્ણ સાકર રૂ. ૦॥ ભારથી રૂ. ૧ ભાર સાથે ફાકવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૨૬ સુકા કંકોડાનું ચૂર્ણ અરધો પોણો તોલો દિવસમાં બે વખત ફાકવું.

૨૭ વાંઝણી કંકોડી (કંકોડીના વેલાને ફુલ આવે, પણ ફળ આવતાં નથી તે) નો કંદનું ચૂરણ સાકર સાથે ફાકવાથી અર્શ મટે છે.

૨૮ ચીત્રકમુળ. ટંકણખાર, હળદર અને ગોળ સમભાગ વાટી ચોપડવાથી અર્શના મસા ખરી પડે છે (ચીત્રકમુળ બ્લીષ્ટર જેવું કામ કરે છે)

૨૯ રતાળુનાં બીજ, તલ અને નાગકેસર એને વાટી તેનું ચૂર્ણ સાકર સાથે ફાકવાથી અર્શ બેસી જાય છે એ ચુર્ણ માંખણ સાથે લેવાથી દુઝતા અર્શ બંધ થાય છે.

૩૦ દાડમની છાલ બે ભાગ, તજ, તમાલપત્ર, નાગકેસર અરધો ભાગ, ધાણા એક ભાગ, સાકર બે ભાગ, સર્વનું બારીક ચૂર્ણ ત્રણથી છ વાલ લેવાથી ઝાડો મરડો અને અર્શ મટે છે.

૩૧ દાડમનો રસ, લવીંગ, સુંઠ અને કાંટાવાળાં માયાં મધ મેળવી પીવાથી કે ચાટવાથી અર્શ મટે છે.

૩૨ ફટકડી, કાથો અને ચણીકબાબ એ અનુક્રમે એક બીજાથી બમણા લેઇ ફાકી કરી ખાવાથી રક્તાર્શ મટે છે.

૩૩ અર્શ ઉપર ભાંગની પોટીસ બાંધવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩૪ ભીલામાના મુરબ્બાથી અર્શ મટે છે (ગુજરાતમાં ભીલામાં ઘણા માણસોને ફુટી નીકળે છે. દક્ષણના રહેનારને ખાવા કે ચોપડવાથી ફુટતાં નથી.)

૩૫ મરી, ચીત્રકમુળ અને સંચળનું ચૂર્ણ છાશ સાથે પીવાથી અર્શ મટે છે.

૩૬ બે તોલા અફીણ, પાંચ તોલા માયફળ અને વીસ તોલા સારો મલમ સાથે મેળવીને મલમ કરી ચોપડવાથી અર્શ મટે છે.

૩૭ તલનો કલ્ક માંખણ સાથે ખાવાથી અર્શ મટે છે.

૩૮ સાકર, માંખણ અને નાગકેસર એકત્ર કરી ખાવાથી અર્શ મટે છે.

૩૯ લીંબોળીના તેલમાં તળી ખવ કરવો, તેમાં મોરથુથું ઘુટતાં મેળવવું. ઘુંટીને મલમ જેવું કરવું તે અર્ષ ઉપર ચોપડવાથી અર્ષ મટે છે.

૪૦ ભીલામા, વરધારો, સુંઠ એ ત્રણનું સમભાગ ચૂર્ણ લેવું, તેનાથી બમણો ગોળ લેવો એકત્ર કરી ગોળીઓ કરવી એ ગોળીના સેવનથી અર્ષ મટે છે.

૪૧ એક ભાગ ભાંગ અને બે ભાગ શરપંખાનું ચૂર્ણ આપવાથી અર્ષ મટે છે.

૪૨ શરપંખાનું ચૂર્ણ દહીં સાથે આપવાથી અર્ષ મટે છે.

૪૩ મરી એક તોલો, સુંઠ બે તોલા, ચીત્રકમુળ ચાર તોલા, સુરણ આઠ તોલા સર્વેને બારીક કરી ઘુટી ગોળીઓ કરવી. તેમાંથી એક તોલો ખાવાથી અર્ષ મટે છે

૪૪ સુરણના ગોળાને પુટ પાકની રીતે પકવી રસ કાઢવો તેમાં તેલ તથા સીંધવ નાંખી પીવાથી અર્ષ મટે છે

૪૫ ચોમાસામાં લાકડા ઉપર કે ભોંય ઉપર ટોપ થાય છે જેને કુતરાની ટોપીઓ કહે છે તેને સુકવી રાખવી. અને ઢોરોના શીંગડા ભોંય ઉપર પડેલા હોય છે તેના ઉપર પણ માટીના યોગથી અંકુર ફુટે છે તે લેઇ સુકવી રાખવા એ બન્ને તથા ભાગ લેઇ તેની ધુણી અર્ષ ઉપર આપવાથી અર્ષ મટે છે.

૪૬ આંબલીના ઝાડની બાહારની છાલ જેને આબલીની અરવડ કહે છે. જે કાળી ખરબચડી હોય છે તેને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરવું, તેમાથી સવાર સાંજ એક એક તોલો ગાયના મોળા દહી સાથે આપવાથી દુઝતા અર્ષ મટે છે.

૪૭ ઉષ્ણ પદાર્થનું સેવન કરવાથી થોડા દિવસના થએલા અર્ષ માટે ગાયના દુધમાં બાવળની શીંગો (બાવળના પરડા) નું ચૂર્ણ ૭ માસા. (આઠ આની ભાર) તથા કોદના પાન (આવેલા ખેતરોની વાડે ચોમાસામા થાય છે. ગામડાના લોકો તેના પાનનું શાક કરે છે. તેના ચણાના લોટમા કરેલાં પત્રવેલીયાં અલવીના પાન જેવાં લાગે છે.)તેનો રસ એક તોલો પાશેર પ્રમાણે દુધમાં સાકર તથા રસ નાખી પીવાથી તાજા થએલા અર્ષ મટે છે. ચાર પાંચ દિવસ પીવું જોઇએ

૪૮ ભીલામાં તોલા ૨, હીમજ તોલા ૨, તલ તોલા ૨ આ ત્રણ જણશોને એકત્ર ખાંડી તેના બરાબર ગોળ મેળવી સોપારી જેવડી ગોળીઓ કરવી. સવાર સાંજ બબે ગોળી લેવાથી થોડી મુદતના થએલા અર્ષ મટે છે.

૪૯ એક ચુંજ (ચનોઠી) ભાર અફીણનો કસુંબો કરવો, નવટાંક ગાયના ઘીને કક-ડાવી તેમાં રેડવો, તે ઘી પીવાથી અર્ષનું પડતું લોહી બંધ થાય છે.

૫૦ ચાંદાપોલીનું ફળ જે સોપારીથી મહોટું થાય છે તેની છાલ કાળી હોય છે તે ફળ ઉપર કાંટા જેવું ખડબચડું હોય છે તેનાં પાન મલબારી પાન જેવા પહોળા હોય છે. એ પાન ઉપર રેસાવાળી નસો દેખાય છે. આ ચાંદાપોલીમાં કડવી જાત પણ હોય છે. મીઠી ચાંદાપોલીના ફુલનું શાક થાય છે. તે ફળને દેવતાની ભરસાડમા ઘાલી પકવવાં. તેના ઉપરની છાલ કાઢી નાંખવી. પછી તેમાં ઘી સાકર મેળવી તેને સારૂં ઘુંટી કેરીના મરવા જેવડી ગોળીયો કરવી. રોજ એક ગોળી સવારે અને એક ગોળી સાંજે ખાવાથી મુળ વ્યાધીની પીડા મટે છે, ધાતુ વૃદ્ધી થાય છે અને શરીર પુષ્ટ થાય છે.

૫૧ ભાંગ અને શીંગડાના અંકુરની ધુણી અર્ષને આપવાથી પણ ફાયદો થાય છે.

૫૨ મુળાના કંદને છીની નાંખી તેને નીચોવી બે તોલાં પાણી કાઢવું, તેમાં એક તોલો ગાયનું ઘી,નાંખી પીવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૫૩ સુરણની ગાંઠને છોલી તેને છીણી નાંખવી. તે કીસ સારો સુકાયા પછી તેને ઘીમાં તળી કાઢી પછી ખડી સાકરની ચાસણીમાં પેલો તળેલો કીસ નાંખવો. પછી તેમાં ઇલાયચી, વાંસકપુર, બદામના ગર વીગેરે શીતવીર્ય મસાલો મેળવી તેનાં ચકતાં પાડવાં, આ પાક ચાર તોલા સવારમાં દરરોજ ખાવાથી અર્ષની પીડા મટે છે. પાક ખાધા પછી તેના ઉપર ઠંડું દુધ પીવું.

૫૪ બકાયન લીમડાના પાનનો રસ પીવાથી કરમ અને અર્ષ મટે છે.

૫૫ ગુદ્દનાલ જેને બંદાલ પણ કહે છે. સંસ્કૃતમાં તેને દેવાલી ફળ કહે છે. આ વેલાને કંકોડા જેવાં ગોળ ફળ થાય છે. પાડાવેલાની પેઠે તે ફળના નીચેનું ડીંટું પાક્યા પછી નીકળી પડે છે, ફળમાં કાળાં બીજ હોય છે અને પાડાવેલાની માફક ફળમાં જાળ હોય છે. ફળ અત્યંત કડવાં હોય છે. એ ફળનાં બીજ ગોમુત્રમાં વાટી અર્ષ ઉપર ત્રણ વાર લેપ કરવાથી અર્ષ મુળમાંથી ખરી પડે છે.

૫૬ ગુગળ, લસણની કળી, લીંબોળી બીજ, હીંગ, સુંઠ, એ સમભાગ લેઇ તેની ગોળીયો કરી ટાઢા પાણી સાથે લેવાથી અર્ષ મટે છે.

૫૭ ઇંદ્રજવને વડના દુધમાં પલાળી સુકાવી રાખી તેનું સેવન કરવાથી અર્ષ મટેછે.

૫૮ મરી, જીરૂં, પીપળામુળ, પીપર, એરંડાનું મુળ, હરડેદળ, ભીલામું, જવખાર, સુંઠ, ચીત્રકમુળ, ચવક, સુરોખાર એ બધાંનું વસ્ત્રગાળ ચુરણ કરી તેમાંથી એક તોલાં સુધીની ગોળીઓ ગોળ ઘીમાં કરવી. તે ગોળી રોગીની શક્તિ પ્રમાણે આપવાથી અર્ષનું પડતું લોહી બંધ થાય છે.

૫૯ આંબલીના ચીચુડા, ફુલાવેલું મોરથુથું તોલો ০, બાફેલી સોપારી તોલો એક, કાથો તોલો એક, વાંસકપુર તોલો એક, ચોપચીની તોલો એક, એટલી જણસને દિવસમાં ત્રણ વાર ઘી સાથે ઘસી અર્ષના મસાપર ચોપડે તો આઠ દિવસમાં મસા બેસી જાયછે.

૬૦ સુરોખાર તોલો એક, પાપડીઓ ખાર તોલો એક, ટંકણ તોલો એક, હળદર દળેલી તોલા બે, મોરથુથું ફુલાવેલું તોલો અડધો, હરતાળ તોલો અડધો, ચુનો તોલા બે, કલઇનો સફેદો તોલા બે, એટલી જણસને વાટી વસ્ત્રગાળ કરીને રતનજોતના થડના ચીકમાં મેળવી ચોપડે તો મસાના દરદીને આરામ થાય છે.

૬૧ તમાકુને વાટી પાણી નાંખી ઘુટી તેની લુગદી કરી મસા ઉપર મુકી લંગોટ વાળે તો સારો ફાયદો થાય છે.

૬૨ અર્ષના મસાને ઘેટાના વાળની ધુણી દિવસમાં ત્રણ વખતે દિવસ સાત સુધી આપે તો આરામ થાય. (ધુણી આપતી વખતે દેવતા ઉપર વાળ નાંખી તળીએથી કાણું કરેલું કુંડું તેના ઉપર ઉંધુ વાળવું અને તે કાણા ઉપર ગુદદ્વાર રાખી બેસવું. અગર તેનાથી ઊંચે બેસી ધુણી જવા દેવી.

૬૩ હડતાળ તોલા બે, મોરથુથું ફુલાવેલું તોલો અડધો, કંપીલો તોલા બે, ચુનો તોલા બે એટલી જણસને વસ્ત્રગાળ કરી રાખવી. તે દવામાંથી જોઇતી દવા લઇ પાણીમાં કાલવી મસાપર ચોપડવી.

૬૪ સુનતાંની માટી તોલા ચાર, મોરથુથું ફુલાવેલું તોલો અડધો, કલઇનો સફેદો તોલા ચાર, સુમઇ તોલા ચાર, એટલી જણસોને વાટી વસ્ત્રગાળ ચુરણ કરી દિવસમાં ત્રણવાર મસાપર પાણી સાથે ચોપડવી.

૬૫ કળીચુનો શેર અડધો, સીંદુર તોલો પા, દિવેલીની કાચી બીજ કાઢી લઇ બારીક વાટી ઉપરની બંને રકમ મેળવી સારી પેઠે ખલ કરવો. તેમાંથી ઉપયોગ જેટલી દવા લઇ અર્શની જગોએ ચોપડવી. એરંડાની બીજ વધારે હશે એટલે ઘુંટવાથી મલમ જેવું થશે મલમ લગાવ્યા પછી દેવતા ઉપર ઘી ખમી સકાય તેવુ ઉનું રાખી તેના ઉપર (શેકવાથી) મારૂં ફાયદો થાય છે.

૬૬ ખાવાના જવ શેર અડધો લઇ તેને થોડુ પાણી છાંટી ઢાબીને છડી ઉપરનાં ફોતરાં કાઢી નાખી અંદરના તાદળા લેવા, તેને દળીને લોટ કરવો તેમાથી લોટ તોલો દોઢ પાણીમાં મેળવી તેને અગ્નીને ખાર (રાબડી) કરી ઘુટી એકરસ પાતળી કરવી, પછી નીચે ઉતારી કપડેથી ગળીને કુચા ફેકી દેવા, પેલા માવામા સાકર તોલો અડધો મેળવી સવારમાં પીવું. દિન ૧૪ સુધી પીએ તો દુઝતા અર્શ મટે છે.

૬૭ ઇસબગોળ (ઊમતું છરૂ) તોલો અડધો તથા ઇલાયચી ફોલેલી તોલો પા, સાકર તોલો અડધો એટલી જણસ વાટીને પાણી શેર પા મા ભીંજવી દિન ૭ સુધી સવારે પાવાથી અર્શનું લોહી મટેછે.

૬૮ સુગલઇ બેદાણા તોલો પા, ઇમગુલ (ઊમતું છરૂ) તોલો પા, ચીનીકબાલા તોલો પા, એલીયો માસા બે, એટલી રકમને વાટી ઇસબગુલ આખો રાખવો ને પાણીશેર પા માં પલાળી દિન ૭ સુધી રોજ પીએ તો અર્શ દુઝતા બંધ પડે છે.

૬૯ ધાણા તોલો પા, કાશની તોલો પા, કાકડીના બીજ તોલો પા, કુવરાનાં બીજ તોલો પા, ઇલાયચી માસા બે, સફેદમરી માસો એક, ખસખસ તોલો પા, વરીયાળી તોલો પા, સાકર તોલો એક, પાણી શેર અડધો, એટલી જણસને ભાગ માફક ઘુંટી પાણી શેર અડધામા કપડ છીન કરી પીવાથી મસામાથી પડતું લોહી અટકે છે.

૭૦ હરડે નગ અડધીને ઘસીને પાણી તોલા પાંચ કરવુ, તેમાં સાકર તોલો અડધો નાખી દિન સાત સુધી પીવુ જેથી લોહી પડતું બંધ પડે છે.

૭૧ કાકડીનું મગજ તોલો એક, ખડબુચાનું મગજ તોલો એક, ચીભડીનું મગજ તોલો એક, કુવરાના બીજ તોલો એક, કાશની તોલો એક, સાકર તોલા સાડાપાંચ, તરબુચનો મગજ તોલો એક, ઇલાયચી તોલો અડધો, દુધીનું મગજ તોલો એક, ખસખસ તોલો દોઢ, એ વા જણસના ભાગ અગીઆર કરવા. ભાગ એક ભાગ માફક ઘુંટી પાણી શેર પામા છાણી નાખી ૨. વા ભાર સાકર નાખીને પીવું જેથી અર્શ મટે છે.

૭૨ અતિવિષની કળી તોલો અડધો, મોચરસ તોલો અડધો, બાળબાલી તોલો અડધો, જાયફળ નંગ એક, કડાછાલ તોલો અડધો, મરડાસીંગ તોલો અડધો, એટલી રકમને ઘસીને તેનું પાણી કરી તેમાં ઠીકરીયો છંમકારી તે પાણી પીવું. તેથી અર્ષનું પડતું લોહી બંધ થાય અને ઝાડો થતો હોય તો પણ બંધ થાય છે.

૭૩ સુંઠ, જાયફળ, અતિવિષ, મરડાસીંગ અને સાકર એટલી જણસનું ઘસારવું ઊંનું કરી ચાટવા જેવું જાડું થએ ઉતારી ચાટવું જેથી અર્ષનું લોહી, પેટનો દુખાવો અને બાદીનો ઝાડો બંધ પડે છે.

૭૪ ખારેક એકનો ઠળીઓ કાઢી ધંતુરાના ફીંડવાને કોરી તેમાંથી બીજ કાઢી નાંખીને માંહે ખારેક મુકીને મોં બંધ કરવું અને તે ધંતુરાના ફીંડવાને દાડમ નંગ એક લઇ કોરી ને માંહે ફીંડવું ઘાલવું ને દાડમની ડગળી બંધ કરવી તે ઉપર કપડું લપેટી, ને ઘઉંના આટાનો લેપ કરી છાણાના અંગારાની ભરસાડમાં મુકી બફાઇ રહ્યેથી કાઢવું. ઠંડું પડયેથી દાડમમાંથી ધંતુરાનું ફીંડવું કાઢી નાંખી દાડમ તથા ખારેકનો ખલ કરવો ને તેની ગોળી ચણા જેવડી વાળવી. દરરોજ સવારે એક ગોળી ખાવી ને તે ઉપર દહીની મલાઇ-નવટાંક દુધની મલાઇ નવટાંક તથા મલાઇ (માવો) તોલા ચાર અને સાકર તોલો એક મેળવી ઉપર ખાઇ જવું. (પરેજી રાખવાથી) દૂઝતા મસા, પેટપીડા, આમ ને બાદીના દસ્ત મટે છે.

કાચું દાડમ કોરી તેમાં અતિવિષની કળી બે, અફીણ વાલ ચાર, જાયફળ અર્ધું, અજમો તોલા બે, ભરી ડગળી મારી કપડું વીંટી ઘઉંના આટામાં ગોળો કરી છાણાંના અંગારાની ભરસાડમાં પકવવું પકની કાઢી ટાઢું પડયેથી દાડમ કાઢી લઇ વાટી ગોળી ચણા જેવડી કરવી. ગોળી ચોખાના ધોવણમણ સાથે સાકર મેળવી આપવી. અગર બીજા અનુમાનથી આપવી તો પડતું લોહી, પેટપીડા, આમ, ઝાડો મટે છે.

૭૬ આંબાના ઝાડ ભેગું એક ઝાડ થાયછે જેનું નામ વાંદો અથવા ઝાડ ફોડો કહેછે તેને કાળી ચઉદસની રાતરે અક્ષત મુકી વગર બોલ્યે નાનું ડાલ તથા થોડાં પાન લાવી રાખી મુકવાં, તેમાંનું જરાએક તાવીતમાં મુકી અર્ષવાળાને બાંધવા આપ્યેથી અર્ષ મુળથી જાયછે. આ તાવીત સ્મશાનમાં લઇ જવું નહી, સ્મશાનમાં જવું હોયતો ઘેર મુકતા જવું, સદર ઝાડનાં પાન લેવા જતી વખતે આંબાના ઝાડ ઉપર કુંવારા છોકરાને ચઢાવવો અને પ્રથમ પાનની ચંદન અક્ષત પુષ્પ ધુપ દીપ નૈવેદ્યથી પુજા કરી વનસ્પતીની સ્તુતી કરી કે હું તને કંઇ કાર્ય માટે લેવા આવ્યોછું માટે મારી સાથે આવી મારૂં કાર્ય સિદ્ધ કર્ય એમ કહી પાન લેવાં અને વગર બોલ્યે ઘેર આવવું અને ઘેર આવતાં પાછું જોવું નહી. એ પાનમાંથી થોડાં લઈ તાવીતમાં ઘાલી લોબાનનો ધુપ દેઇ કેડે બાંધવું (આભડછેટ) થાય તો ગોમુત્રમાં ધોવું.

ભિષક્ અને વ્યાધિસ્થઃ (ધર્મ કૌસ્તુભ.)

લેખક રાજકવિ હનરાય સુ મુનશી

(બીજા વર્ષના અંક ૧૨ માના પૃષ્ટ ૩૮૪ થી)

ધન્વંતરી ભિષક ક્યા યુગમા હતા, તે કહેવાને નિશ્ચય આધાર મળિ શકતો નથી પણ પુરાણ ઇતિહાસ દ્વારાએ તે ત્રેતાયુગમા હતા એમ જણાઇ આવે છે, વિશ્વકર્મા અને ધન્વંતરી એ બન્ને સમકાલિન છે, ત્રેતાયુગમા તે વખતની સ્થિતિ, રૂઢી, હીલચાલ જન પ્રકૃતિ અને તે વખતના મનુષ્યોમા કેવો રીવાજ હતો તે ઇતિહાસ લેખકોના લેખ ઉપરથી જણાય છે તે વખતે બ્રાહ્મણ સમસ્ત વલ્કલ વસ્ત્ર ધારણ કરનારા, કંદ મુળ ફળાહાર કરનારા, પરાયુ અન્ન નહિ લેનારા એવા અયાચક વૃત્તિવાળા તપસ્વિ પુરૂષો જળાશય ઉપર પર્ણકુટી બાંધીને આનંદમા પોતાનો વખત નિર્ગમન કરનારા હતા, તે વખતે કોઇ પણ પ્રકારની ઉપાધિ નહોતી, તે વખતે સઘળા સ્વતંત્ર વિચારના છતા મન આનંદમા રહેનારા ચિંતા રહિત મસ્ત રહેનારા અને અધ્યાત્મ જ્ઞાનમા લક્ષ આપનારા હતા, તેથી લોભ, અને નાહક તૃષ્ણાનો તે વખત જન્મ થયો હતો, પણ તેની બાલ્યાવસ્થા હતી ત્યારે તે પ્રસંગમા ધન્વંતરી પણ તેવીજ રીતે તપસ્વિ હતો અને પોતાનો વખત આનંદમા વ્યતિત કરનારો હોઇને તે કાળે સઘળા જ્ઞાનીયોના મનને પોતેજ મનોરંજન પમાડનારો આરોગ્ય રત્ન બક્ષનાર હતો, તે કાળમા જ્યારે પરોપકાર, નિસ્પૃહતા, અને સ્વતંત્રતા હતી ત્યારે તે સમયમા ધન્વંતરી તેવો હોય એમા આશ્ચર્ય શાનુ ગણવુ !

આધુનિક વખતની મારામારી ઘણીજ અવગર ભરેલી છે જેમા વ્યાધિસ્થ પુરૂષોની સંખ્યા કરતા બમણા વૈદ્યો વધી પડ્યા છે

કેટલાક પુરાતન પુસ્તકો વાચીને ચિકિત્સા ઉપરજ ધોરણ રાખનારા વૈદકનો ધંધો લઇ બેઠા છે જ્યારે તેમને પ્રશ્ન કરો કે રૂદ્રદંતી શિવલિંગી મેઘનાદ, વિદ્યુતરેખા, અગ્ની મુખ, કાકજંઘા, અને દશમુળ કોને કહે છે ! અને તે પ્રત્યક્ષ વનસ્પતિને તમે ઓળખોછો કે નહી ? ત્યારે તેના પ્રત્યુત્તરમા ગાંધી જે ઔષધ આપે તે ખરૂ એવુ કારણ નીકળે છે

સઘળી વનસ્પતિયોને ઓળખનાર ભાગ્યેજ સેંકડો વૈદ્યોમાથી જગલમા પ્રવાસ કર નાર કોઇકજ વૈદ્ય હશે, આ વખતે વૈદ્યોના માટે લાંબુ વિવેચન કરવાની જરૂર નથી પણ ઉત્તમ વૈદ્ય કોને કહે છે તે વિષયને જ્યારે જોઇએ છીયે ત્યારે જેવી રીતે ઝવેરી લોકો રત્નની પરિક્ષા કરે છે તેવી રીતે સુજ્ઞ અને વિદ્વાન અનુભવિ વૈદ્યોને જાણનાર સુજ્ઞ વિદ્વાનોજ હોય છે તેમના હાથથી હજારો દરદીયો સારા થયા હોય એજ તેમના અનુભવ જ્ઞાનની જાહેર કસોટી છે, અને જે ઉત્તમ ગુણ વૈદ્યમા હોવા જોઇયે તે ગુણરૂપી ભુષણથી જ્યારે તે અલંકૃત હોય છે, ત્યારે તે કેવળ દેવની માફક પુજ્ય છે–

નિસ્પૃહ અને નિર્લોભ વૃત્તિથીજ તે વૈદ્ય જનપ્રિય (મનભાવન) કહેવાય છે લોક પ્રિય અને રાજ્યપ્રિયરૂપી બન્ને ત્રાજના સમપ્રમાણમા રાખવાને ઘણા સંકટ વેઠવા પડે છે, દ્રવ્ય માટે વિશ્વાસ નહિ રાખનારા જમીનમા દાટીને ધનનુ રક્ષણ કરે છે ગયેલું દ્રવ્ય

ફરી મળે છે, તે ક્યાં સુધી! કે જ્યાં સુધી શરીર કાયમ રહ્યું છે ત્યાં સુધી. આશાના અનેક તરંગ રંગમાં દરેક પ્રાણી પોતાનો વખત વ્યતિત કરે છે. કેટલાક મસ્ત રહે છે. કેટલાક રાજ્યસત્તા ભોગવે છે. કેટલાક સ્વતંત્રપણે રહે છે. કેટલાક તનહા ફકીરી હાલમાં હરહાલ ખુશ રહે છે યદ્યપિ તે સમગ્ર જનો પોતાનું અમુલ્ય શરીર ઘણા કાળ સુધી રહેવાની ઇચ્છા રાખે છે; સબબ જેટલી કીમત આરોગ્ય શરીર રહેવામાં રહેલી છે તેટલી કીમત બીજા કોઇ પદાર્થની નથી. છતાં જ્યારે શરીરની સ્થિતિ બગડે છે ત્યારે તમામ વિશ્વાસ વૈદ્ય ઉપર રાખવામાં આવે છે. અને અમુલ્ય તથા અલભ્ય શરીર વૈદ્યને સ્વાધિન કરવામાં આવે છે તેથી જેવી કીમ્મત વૈદ્યની છે તેવી બીજા કોઇની છેજ નહી. માટે ઉત્તમ વૈદ્ય ક્યારે મળે કે જ્યારે પૂર્ણ સંસ્કાર સારો હોય ત્યારે; હિંદ પ્રદેશવાસી વૃંદ કવિ કહે છે કે—

કવિત્ત.

લોભ જાલ પાસમેં ફંસાયે કેત્તે બૈદ દેખે
ધનકાજ કેત્તે દરદીકોં માર ડારે હેં,
યૌવનમેં મસ્ત ધનવાનકી બનિતા સંગ
પ્યારકર અપનિ મુરાદકોં પસારે હેં;
વૃંદ કવિ ફિર્યો પરદેશમેં બિલોકે બૈદ
કામબાસતામેં આશનાસેં પ્રેમ પ્યારે હેં,
ઐસે ઐસે કાજ કીન હુવે ધનવાન કેત્તે
ધન્યભાગ્ય જાકો શ્રેષ્ઠ બૈદસેં પ્રચારે હેં.

લોભજાળના પાસમાં ફસાયલા કેટલાક વૈદ્યોને મ્હેં જોયા છે કે તેઓએ ધન સંગ્રહ કરવાને માટે દરદીના શત્રુથી પૈસા પ્રાપ્ત કરી તે દરદીને રામશરણ પોંચાડી દીધા છે; વળી યૌવનમાં મસ્ત બનેલી સ્વરૂપવાન યોષિતા કોઇ વૃદ્ધ ધનવાનની હોય તેની સાથે સ્નેહ જોડીને ધન પ્રાપ્ત કરવાની પોતાની મુરાદ પાર પાડનાર જોવામાં આવ્યા છે. વૃંદ કવિ કહે છે કે હું પરદેશમાં ઘણી જગોએ ફર્યો છું અને તેથી કરીને ઘણી જગોએ મ્હેં વૈદ્યોને જોયા છે, તે પૈકી કેટલાક કામવાસનામાં લીન બનેલા આશનાઓ રાખીને તેમના પ્રત્યે પ્રેમ જોડી રહેલા જોવામાં આવ્યા છે. એવાં એવાં કામ કરીને કેટલાક ધનાર્થી વૈદ્યો ધનવાન બનિ ગયા, પણ જેનું ધન્યભાગ્ય હોય તોજ તેને ઉત્તમ ગુણસંપન્ન વૈદ્ય મળે; તાત્પર્ય એ છે કે ઉત્તમ ગુણવડે કરીને લોકોના મનને આનંદ આપનાર વૈદ્ય "મનભાવન" પદવિ પ્રાપ્ત કરી શકે છે; તેવા ઉત્તમ વૈદ્યનું—

चित उदार.

હોય છે; ચિત ઉદાર હોય તોજ પરોપકાર થાય છે, પૃથ્વિનો પતિ રાજેન્દ્ર જ્યારે રીઝે ત્યારે તે ઉદાર વૃત્તિવડે કરીને ધામ, ધરા અને ધન બક્ષિસ કરે છે યદ્યપિ તે સમગ્ર ભોગવનાર શરીરે સારો ન હોય, અર્થાત જલોદર વ્યાધીવાળો હોય તો તે સમગ્ર ધામ ધરા અને ધન કંઇજ કામનું નથી, સબબ રાજેન્દ્રની ચિત ઉદારવૃત્તિ આખિરશ

પુરૂષને કેવળ નિરર્થક છે, માટે વૈદરાજ ચિત ઉદાર વૃત્તિ પરોપકાર કરવાવાળી એવી છે કે તે પરોપકારથી જીવનસાફલ્ય બને છે

ગુણુજ્ઞ વૈદરાજની ચિત્ત ઉદાર વૃત્તિ જીવનરૂપી અમૃત ઝરાની બક્ષીસીનુ પ્રમાણુ જે દરેક પ્રકારના જુદા જુદા ધધા કરનારાઓ પૈકીમાથી જે ઉદાર હોય છે તેમની ઉદારવૃત્તિ માત્ર તેમના કામ પુરતી એટલે આરોગ્યતા શિવાયની હોય છે, તેથી તેવા ઉદાર વૃત્તિવાળા વૈદરાજને હું નમસ્કાર કરૂંછુ. કેમકે તેમણે પોતાના શુદ્ધ હૃદયથી જગતને વશ કરેલુ છે તેવા સુજ્ઞ વૈદના શુદ્ધ હૃદયની ઉદારવૃત્તિ સ્વાર્થ વિના જ પરોપકાર કૃત્ય કરવાની લાગણી વાળી હોય છે માટે તેમની ઉદારવૃત્તિ સર્વોત્કૃષ્ટ છે.

અપૂર્ણ.

[1]हिंदि अमर कोष.

(સરકૃત ઉપરથી હિદિ કવિતા રચનાર રાજકવિહર્ષદરાય સુ મુનસી

મ ગળાચરણ—દોહરા છંદ.

ગુરૂપદરજઅ જન મૃદુલ, હોહુ દૂરિ દગ દોષ,
સશય વિહગ ઉલયે ફિરી, ભયો હરીહર ધોષ. ૧
તિનતે નટઅર છબિનિરખી, મોર મુકુટ બનમા ન,
સો મેરે ઉરમેં બસહુ કુંજબિહારીલાલ. ૨
કરન ચહતુ પદ કોશ ઇક, હર્ષદ જનહિતકાજ,
અમરવિજયકૃત દેખિકે, કિય પ્રયાસ સુખસાજ. ૩
ઉચરીસકત નહિ સમકૃત, જો ચાહત કછુ નામ'
તેહિ કરિ ગુથનમાલ ધરી, કિયો સુમનકો દામ ૪
અમરકોશકે આદિતે, સબ્દઅ તનો જોહિ,
પ્રથકપ્રથક રુચિ ભેદ કરી, લિખહુ સુખદ પદ તેહિ. ૫

(સ્વર્ગકે નામ)

ત્રિદિશાલય સુરલોક દ્યૌ, ત્રિદિવ ત્રિવિષ્ટપ નાક,
સ્વર્ગ સ્વ સુખધામમેં, અમર સુજાન અથાક ૬

(દેવકે નામ)

દેવ અમર નિર્જર વિબુધ, સુમનસ સુર ત્રિદિવેશ,
ત્રિદશ સુપર્વન દિવૌકસ, આદિતેય અમૃતેશ ૭
ઋભુ દિવિષદ અસ્વપ્ન અરૂ, બર્હિમુખ ગીર્વાણ,
દાનવારી આદિત્ય કતુ ભુજ લેખહી ગીર્માન. ૮

[1] વૈદક વિષયમા અગર લેખ માત્રમા અઘરા શબ્દો આવતા ઘણી વખત વાચકોને મતલબ સમજવો મુશ્કેલ થઇ પડે છે તે માટે આ કોષ આ માસિ મા દાખલ કર્યો છે

વૃંદારક દૈવત દિવૌકસ દેવતા સુનાંઉ;
અમૃતાંધસ રૂ અમર્ત્ય છબિ, નિરખિ નિરખિ બલિજાઉ. ૯

(ગણદેવતાકે નામ.)

વિશ્વ તુષિત આદિત્ય વસુ, આભાસ્વર અરૂ સાધ્ય;
રૂદ્ર માહારાજીક અનિલ, જાકો નાંઉ અબાધ. ૧૦

(દેવયોનીસંજ્ઞક નામ.)

યક્ષ રક્ષ ગંધર્વ અરુ, કિન્નર સિદ્ધ પિશાચ;
વિદ્યાધર રુ અપ્સરસ, ગુહ્યક ભૂત અજાચ. ૧૧

(અસુરકે નામ)

અસુર દનુજ દાનવ અરુ, ઇંદ્રારી સુરદ્વીપ;
આસુર દિતિસુત દૈત્ય, દૈતેય શુક્રશિષ્ય. ૧૨
પૂર્વદેવ તપ અતુલકરિ, હરિહરબરબસકીન;
શક્રરાજ છિનલેકિ ગતા. નિશિદિનુનામૈં લીન. ૧૩

(બુદ્ધકે નામ.)

સુગત બુદ્ધ સર્વજ્ઞ જિન, ધર્મરાજ ભગવાન;
મારજીત પડભિજ્ઞમુનિ, સંમત ભદ્ર સુજાન. ૧૪
શાક્યમુની સર્વાર્થસિદ્ધ, માયાદેવી સુત;
અર્કબંધ શૌદ્ધોદની, શાક્ય સિદ્ધ અદ્ભુત. ૧૫
શ્રીધન તથા ગત શાસ્ત્ર અરુ, અદ્વયવાદીમાન;
મુનિંદ્ર ગૌતમ વિનાયક, દશબલ સોઇ પ્રમાન. ૧૬
લોકજીત યહ નાઉપૈં, કરિકરિ સુમતિ બિનોદ;
નિરખિ ગિરા સુસિક્યાઇ કવિ, બૈઠારી નિજુ ગોદ. ૧૭

(બ્રહ્માકે નામ.)

અજ કમલજ સૃષ્ટા પિતા; અબ્જયોની સુરજ્યેષ્ટ;
રજોમુર્તિ સત્યક વિધી, હિરન્યગર્ભ પરમેષ્ટ. ૧૮
નિધન પૂર્વ અંડજ અરુ, ચતુરાનન લોકેશ;
વિશ્વસૃટ વેધા વિધાતા બ્રહ્મા જનકેશ. ૧૯
નાભીજન્મન આત્મભૂ, સદાનંદ અબહોઇ;
દ્રુહિણ વિરંચિ વિરીચ કમલાસન ધાતાસોઇ. ૨૦
પ્રજાપતી રુ સ્વયંભુ જિન, કિયો હંસપૈ પ્રેમ;
સોઇ કૃપાસિં અંબુપય, કરત બિન્ન દ્રુત છેમ. ૨૧

(વિષ્ણુકે નામ.)

દામોદર વૈકુંઠ હરી, માધવ વિષ્ણુ ઉપેંદ્ર;
ગરુડધ્વજ દશાવરજ, ચક્રપાણી ગોવિંદ. ૨૨
હૃષિકેશ દૈત્યારી વિધ, કૃષ્ણ શૌરી જલશાઈ;

શારંગી વિષ્ટરશ્રવા, નારાયન જગત્રાઈ ૨૩
વાસુદેવ કેશવશ્વભુ, દેવકિનંદન જાન,
સુરમર્દન સુહ્રદ પુંડરીકાક્ષ હિયમાન. ૨૪
પદ્મનાભ મધુરીપુ અધોક્ષજ શ્રીપતિ વનમાલિ,
વિશ્વંભર બલિદ્રિશિ ગિરિધર અચ્યુત પાનિ ૨૫
યજ્ઞપુરુષ શ્રીવત્સલાંછન કૈટભજિત નામ,
પુરાણપુરુષ અરુ ચતુર્ભુજ પીતાંબર સુખધામ ૨૬
વિશ્વકસેન જનાર્દન રુ, ત્રિવિક્રમ કમાગતિ,
વિશ્વરુપ નરકાતક રુ, પુરુષોત્તમ મમ જ્ઞાતિ. ૨૭
સિંધમુનિધ્યાવતરૈનતિ, શંકર કરતુ બખાન,
સોઈજાનિ ભજ નિપટમન, વિશ્વરૂપિ ભગવાન. ૨૮

(કૃષ્ણપિતાકે નામ.)

આનક દુંદુભિનાઉં અરુ, વસુદેવ સુખકંદ,
બડે ભાગ્ય યહ દેવકે, જાકે નટવર નંદ ૨૯

(બલભદ્રકે નામ.)

રોહિણેય બલભદ્ર બલ, મકર્ષન બલરામ
નિલાંબર રેવતિરમણ, સુમલી પાનકકામ ૩૦
પ્રલંબઘ્ન બલદેવ પુનિ, અચ્યુતાગ્રજ રામ,
હલાયુધ તાલાંક અરુ, શિરપાણી શુચિકામ ૩૧
કાલિંદી ભેદન હલી, અતુનિત બનકે ધામ
સુનત નાઉં નૃપ બીરબલ, ધરત ન હિયમેં હામ ૩૨

(કામદેવકે નામ.)

મદન મનોદ્ભવ મમથન મનસિજ કામ અનંગ,
મકરધ્વજ કુસુમેષુ સ્મર, દર્પક રતિપતિ રંગ ૩૩
શંબરારી કંદર્પ અરુ, ચિત્તજ પંચશર માર,
પુષ્પચાપ રુ અનન્યજહી, પ્રદ્યુમ્ન આત્મભૂ ધાર ૩૪
મીનકેતુ શરપંચ જુત, પ્યારી તેરા નૈન
લગત બાન ઝટ હિમત ચિત, નહિ જાનત દિનરૈન ૩૫

(અનીરૂધકે નામ.)

ઝષ્યકેતુ અરુ બ્રહ્મસૂ, અનીરુદ્ધ પરમાન,
ઉષાપતિ જગતે ભયો, અતુન યુદ્ધ બડમાન ૩૬

(લક્ષ્મીકે નામ.)

શ્રી પદ્મા પદ્માલયા, કમલા લક્ષ્મી હોઈ,
ક્ષિરોદતનયા હરિપ્રિયા, વિષ્ણુવલ્લભા સોઇ ૩૭
સિંધસુતા મા ભાર્ગવી, રમા લોકકી માત,
લોકજનની યહ નાઉંપ, રહત જગત કુશયાન ૩૮

(અપૂર્ણ.)

સટીક કેશવકલ્યાણ.

(અનુસંધાન ગતાંકના પૃષ્ટ ૧૩૯ થી.)

અનુવાદક—પૂર્ણચંદ્ર શર્મ્મા.

તે શિહોરના જાગીરદાર વિપ્ર કુટુંબ પૈકી કર્ણજોશી નામના વિદ્વાન ભૂદેવનું કેટલાક કારણસર સહકુટુંબ અને નોકર ચાકરાદિ યુક્ત કચ્છ દેશમાં જવું થયું, અને તેણે પોતાના વિદ્યાબળવડે કચ્છના મહારાજાને પ્રસન્ન કર્યા, જેથી તે કદરદાન-ગુણજ્ઞ કચ્છેશે તે વિપ્રદેવનાં ચરણ પૂજી વસ્ત્ર પાત્ર અલંકારાદિ અનેક વસ્તુઓ અર્પણ કરી વંશપરંપરાના પોષણ નિમિત્ત ભેટાર્યા નામનું ગામ ઇનાયત કર્યું. અને વિશેષમાં તે ભૂદેવને પોતાના યાદવકુળના પુરોહિતની પદવી બક્ષી અત્યંત સ્નેહપૂર્વક તેનું માન વધાર્યું. તે કર્ણજોશીનો પુત્ર નારાયણ જોશી થયો, તેનો પુત્ર યાદવજી, તેનો પુત્ર વાઘજી અને તે વાઘજીનો પુત્ર કેશવરાય થયો. તેને ઉગ્રસેનના તખ્તપર બિરાજેલા સમયાસુત મૂળરાજે બહુજ આદરસન્માન આપી તથા પૂર્ણ સહોદરવત્ મમતા બતાવી આ કેશવકલ્યાણ ગ્રંથ કેવળ પરોપકાર-નિમિત્ત રચી પ્રકટ કરવાની ભલામણ કરી, જેથી વિક્રમ સંવત ૧૮૭૩ ના કાર્તિક શુદી તીજ ને બુધવારના દિવસે ઘણા ગ્રંથનો મત ગ્રહણ કરી આ સુખદાતા ગ્રંથ રચ્યો. ૨૬–૩૪

(જે જે ગ્રંથોનો મત લીધો તે તેનાં નામ નીચે મુજબ.)

નિઘંટ હારિતક યોગશત, પદ્ધતિ લોલિંબરાજ;
શારંગધર કાલિક ચરક, રતનાકર રસરાજ. ૩૫
વાગ્ભટ કાલજ્ઞાન અરૂ, રામવિનોદ વિચાર;
સુગમ પ્રયોગ રૂ ગારૂડી, વૈદ્ય મનોત્સવ સાર. ૩૬
વૈદ્યવલ્લભ સુખોમણી, કાળયનિર્ણય કોષ;
રસચિંતામણિ મનોરમા, આત્રય ફારસિ જોય. ૩૭
તત્ત્વ ગ્રંથ તેઇસકો, વિધ વિધ કહું બનાય;
ભૂલ ચુક સંભારિયો, કરિ કૃપા કવિરાય. ૩૮

*નિઘંટ ૧, હારિતસંહિતા ૨, લોલિંબરાજ પદ્ધતિ ૩, શારંગધર સંહિતા ૪, કાલિકં ૫, ચરકસંહિતા ૬, રત્નાકર ૭, રસરાજ ૮, વાગ્ભટ ૯, કાળજ્ઞાન ૧૦, રામવિનોદ ૧૧, સુગમપ્રયોગ ૧૨, ગારૂડી ગ્રંથ ૧૩, વૈદ્યમનોત્સવ ૧૪, વૈદ્યવલ્લભ ૧૫, સુખોમણિ ૧૬, કાળનિર્ણય ૧૭, કોષ ૧૮, રસચિંતામણી ૧૯, મનોરમા ૨૦, આત્રેયસંહિતા ૨૧, ફારસી ૨૨ અને જોતિષ ૨૩ એ ત્રેવીસ ગ્રંથનું તત્વ ગ્રહણ કરી વિવિધ પ્રકારની રચનાયુક્ત કેશવકલ્યાણ રચ્યું છું, તેમાં જે કંઇ સમજ ફેરથી ભૂલચૂક થાય તે કવિરાજ કૃપાની રાહે સુધારી લેશેજ; કેમકે જોતિષ અને વૈદકગ્રંથોની રચનામાં ઘણે ભાગે વ્યાકરણ-છંદ વગેરેના નિયમોને બાજુપર રાખી મતલબ પૂરો પાડવાની કાળજી રાખવામાં આવે છે, જેથી આ ગ્રંથમાં પણ છંદભંગ કે વ્યાકરણ વિરૂદ્ધ કવિતા જોવામાં આવે તો તે તરફ ન જોતાં ફક્ત મતલબ ગ્રહણ કરવાજ કૃપા કરશો. ૩૫–૩૮

* વૈદક ગ્રંથોનાં કેટલાંક નામો શંકા ભર્યાં જણાય છે.

(અથોત્પત્તિ-પાર્વતી વાક્ય.)

કહે ગિરજા કરિજોરિકેં, ઈશ કરો ઉપદેશ;
અલ્પાયુ વ્યાધિ પ્રબલ, તુચ્છ બુદ્ધિ તનુ લેશ. ૩૯

કોઇ સમય કૈલાસમાં બિરાજેલા અખિલ યોગીંદ્ર સદાશિવજીને જગદંબે પાર્વતીજીએ પરોપકાર નિમિત્ત હાથ જોડીને પૂછ્યુ કે, હે દયાઘના! ટુંકા કદના, ટુકી બુદ્ધિનાં, અને ટુંકી આવરદાના પ્રાણી પૈદા થવા છતા વ્યાધિઓ પ્રબળરૂપથી કળયુગના અમલની અંદર થશે એમ આપશ્રીનાજ કહેવાથી મેં ઘણી વખત સાંભળ્યું છે, તો તે સંબધમાં આજે અરજ કરૂછુ કે વ્યાધિયો નિર્મૂળ થાય અને પ્રાણી દીર્ઘાયુષી-અકલવાન-કદાવર બને તેવો આપ ઉપદેશ કરી મને આનંદ આપો. ૩૯

(જગજ્જનની પાર્વતીજીના પ્રશ્નનો મહાદેવજીએ આપેલો ઉત્તર.)

પ્રાણિમાત્રકે હિત ધર્યો, ધન્વંતરી અવતાર;
વ્યાધિહનન સુખજનન કિય, ઓષધિભાર અઠાર. ૪૦
વાકે ભેદ અનેક બિધ, જો શીખે ગુરૂ જ્ઞાન.
ધન્વંતરિ ધર પર કહી, જગ સબ કરે બખાન. ૪૧
જડી બડી યા જગતમેં, ગુન પિછાન જિય ચાહ્ય;
ગ્વાલ ભીલ બન યોગી મુખ, ગ્રંથન નામ બતાય. ૪૨

પાર્વતીજીએ કરેલા પ્રશ્નના ઉત્તરમા મહાદેવજીએ કહ્યું કે—પ્રાણિ માત્રનું હિત કરવા માટે શ્રી વિષ્ણુ ભગવાને પૃથિવીમા ધન્વંતરી અવતાર ધારણ કર્યો અને વ્યાધિયોને નાશ કરવા તથા સુખને જન્મ આપવા અઢાર ભાર ઔષધિ પૈદા કરી. જોકે તે ઔષધિયોના અનેક ભેદ છે, તોપણ જે ગુરૂના મુખથી તે સંબધી પૂર્ણજ્ઞાન મેળવે તો તે મનુષ્યને પૃથિવીની અંદર માનવો ધન્વંતરી વૈદ કહીને બોલાવે અને જગતમાત્ર તેની પ્રશંસા કરે; માટે તેવી જડી બૂટી કે જેના મહાન્ અચિંત્ય મહિમા છે તેનું ઓળખાણ અને ગુણ સંબધીનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા વગડામા વસનારા ભીલ, ગોવાળ, વનવાસિ યોગી વગેરેનો પરિચય કરી ગ્રંથમા બતાવેલ જડી બૂટીના નામો ને ગુણો જાણવા અવશ્ય યત્ન કરવો કે જેથી ઉત્તમ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય. ૪૦—૪૨

(વૈદ્યમાં કેવાં લક્ષણો હોવા જોઇયે ?)

શુચિ તન વસન મન કામ તુછ લોભહૈ બાલ કંગાલનર દીન જૈસો,
અમલિસોં અધિક ધર હવા સબ યાદહૈ રિતુબલ ચૂકે નહિ કૈકૂ કૈસો ?
ધુમ્રાર્ક લેપ અંજન અરૂ પાક પુનિ માત્રાદિકો જ્ઞાનહૈ ચહિયેં વેસો,
ધાતુ ઉપધાતુ સબ મારદે જાનહિ બડે સરકારમેં બૈદ ઐસો। ૪૩

જે વૈદના શરીર, વસ્ત્ર, મન, અને કામ પવિત્ર હોય, જેની લોભ પ્રકૃતિ ઘણીજ ઓછી હોય, જે બાળક કે કંગાલ મનુષ્યના જેવો દીન—નમ્ર હોય, અમલદાર કરતાં પણ જેની નીતિ રીતિ દૃઢતા વિશેષ પ્રશંસા લાયક હોય, પૃથિવીપરના દેશમાત્રની દવાનુ માન વગેરે જેની યાદીમાં વિદ્યમાન હોય, જે ઋતુઓના બળાબળમા ભૂલ ન ખાતો કે કોઇ પણ જાતનો દેક ન કરતો હોય. જેનામા ધુમ્રપાન—અર્ક-લેપ-અંજન-પાક વગેરેની બના-

સટીક કેશવકલ્યાણ.

(અનુસંધાન ગતાંકના પૃષ્ઠ ૧૩૯ થી.)

અનુવાદક—પૂર્ણચંદ્ર શર્મ્મા.

તે શિહોરના જાગીરદાર વિપ્ર કુટુંબ પૈકી કર્ણજોશી નામના વિદ્વાન ભૂદેવનું કેટલાક કારણસર સહકુટુંબ અને નોકર ચાકરાદિ યુક્ત કચ્છ દેશમાં આવવું થયું; અને તેણે પોતાના વિદ્યાબળવડે કચ્છના મહારાજાને પ્રસન્ન કર્યા, જેથી તે કદરદાન–ગુણજ્ઞ કચ્છેશે તે વિપ્રદેવનાં ચરણ પૂજી વસ્ત્ર પાત્ર અલંકારાદિ અનેક વસ્તુઓ અર્પણ કરી વંશપરંપરાના પોષણ નિમિત્ત ભેટાર્યા નામનું ગામ ઇનાયત કર્યું. અને વિશેષમાં તે ભૂદેવને પોતાના યાદવકુળના પુરોહિતની પદવી બક્ષી અત્યંત સ્નેહપૂર્વક તેનું માન વધાર્યું. તે કર્ણજોશીનો પુત્ર નારાયણ જોશી થયો, તેનો પુત્ર યાદવજી, તેનો પુત્ર વાઘજી અને તે વાઘજીનો પુત્ર કેશવરાય થયો. તેને ઉગ્રસેનના તખ્તપર બિરાજેલા સમયાસુત મૂળરાજે બહુજ આદરસન્માન આપી તથા પૂર્ણ સહોદરવત્ મમતા બતાવી આ કેશવકલ્યાણ ગ્રંથ કેવળ પરોપકાર નિમિત્ત રચી પ્રકટ કરવાની ભલામણ કરી, જેથી વિક્રમ સંવત ૧૮૭૩ ના કાર્તિક શુદી બીજ ને બુધવારના દિવસે ઘણા ગ્રંથનો મત ગ્રહણ કરી આ સુખદાતા ગ્રંથ રચ્યો. ૨૯–૩૪

(જે જે ગ્રંથોનો મત લીધો તે તેનાં નામ નીચે મુજબ.)

નિઘંટ હારિતક યોગશત, પદ્ધતિ લોલિંબરાજ;
શારંગધર કાલિક ચરક, રતનાકર રસરાજ. ૩૫
વાગ્ભટ કાલજ્ઞાન અરૂ, રામવિનોદ વિચાર;
સુગમ પ્રયોગ રૂ ગારૂડી, વૈદ્ય મનોત્સવ સાર. ૩૬
વૈદ્યવલ્લભ સુખોમણી, કાળયનિર્ણય કોષ;
રસચિંતામણિ મનોરમા, આત્રય ફારસિ જોષ. ૩૭
તત્ત્વ ગ્રંથ તેઇસકો, વિધ વિધ કહું બનાય;
ભૂલ ચુક સંભારિયો, કરિ કૃપા કવિરાય. ૩૮

*નિઘંટ ૧, હારિતસંહિતા ૨, લોલિંબરાજ પદ્ધતિ ૩, શારંગધર સંહિતા ૪, કાલિક ૫, ચરકસંહિતા ૬, રત્નાકર ૭, રસરાજ ૮, વાગ્ભટ ૯, કાળજ્ઞાન ૧૦, રામવિનોદ ૧૧, સુગમપ્રયોગ ૧૨, ગારૂડી ગ્રંથ ૧૩, વૈદ્યમનોત્સવ ૧૪, વૈદ્યવલ્લભ ૧૫, સુખોમણિ ૧૬, કાળનિર્ણય ૧૭, કોષ ૧૮, રસચિંતામણી ૧૯, મનોરમા ૨૦, આત્રેયસંહિતા ૨૧, ફારસી ૨૨ અને જોતિષ ૨૩ એ ત્રેવીશ ગ્રંથનું તત્વ ગ્રહણ કરી વિવિધ પ્રકારની રચનાયુક્ત કેશવકલ્યાણ રચ્યું છું, તેમાં જે કંઇ સમજ ફેરથી ભૂલચૂક થાય તે કવિરાજ કૃપાની રાહે સુધારી લેશેજ; કેમકે જોતિષ અને વૈદકગ્રંથોની રચનામાં ઘણે ભાગે વ્યાકરણ–છંદ વગેરેના નિયમોને બાજુપર રાખી મતલબ પૂરો પાડવાની કાળજી રાખવામાં આવે છે, જેથી આ ગ્રંથમાં પણ છંદભંગ કે વ્યાકરણ વિરૂદ્ધ કવિતા જોવામાં આવે તો તે તરફ ન જોતાં ફક્ત મતલબ ગ્રહણ કરવાજ કૃપા કરશો. ૩૫–૩૮

* વૈદક ગ્રંથોનાં કેટલાંક નામો શંકા ભર્યાં જણાય છે.

(અયોત્પત્તિ–પાર્વતી વાક્ય.)

કહે ગિરજા કરિજોરિકે, ઈશ કરો ઉપદેશ;
અલ્પાયુ વ્યાધિ પ્રબલ, તુચ્છ બુદ્ધિ તનુ લેશ. ૩૯

કોઇ સમય કૈલાસમાં બિરાજેલા અખિલ યોગીંદ્ર મહાશિવજીને જગદંબે પાર્વતીજીએ પરોપકાર નિમિત્ત હાથ જોડીને પૂછ્યું કે, હે દયાઘન! ટુંકા કદનાં, ટુકી બુદ્ધિનાં, અને ટુંકી આવરદાનાં પ્રાણી પૈદા થવા છતાં વ્યાધિઓ પ્રબળરૂપથી કળયુગના અમલની અંદર થશે એમ આપશ્રીનાજ કહેવાથી મેં ઘણી વખત સાંભળ્યું છે, તો તે સંબંધમાં આજે અરજ કરૂછુ કે વ્યાધિયો નિર્મૂળ થાય અને પ્રાણી દીર્ઘાયુષી–અકલવાન–કદાવર બને તેવો આપ ઉપદેશ કરી મને આનંદ આપો. ૩૯

(જગજ્જનની પાર્વતીજીના પ્રશ્નનો મહાદેવજીએ આપેલો ઉત્તર.)

પ્રાણિમાત્રકે હિત ધર્યો, ધન્વંતરી અવતાર;
વ્યાધિહનન સુખજનન કિય, ઓષધિભાર અઢાર. ૪૦
વાકે ભેદ અનેક બિધ, જો શીખે ગુરૂ જ્ઞાન;
ધન્વંતરિ ધર પર કહી, જગ સબ કરે બખાન. ૪૧
જડી બુટી યા જગતમેં, ગુન પિછાન જિય ચાહિ;
ગ્વાલ ભીલ બન યોગી મુખ, ગ્રંથન નામ બતાય. ૪૨

પાર્વતીજીએ કરેલા પ્રશ્નના ઉત્તરમાં મહાદેવજીએ કહ્યું કે—પ્રાણિ માત્રનું હિત કરવા માટે શ્રી વિષ્ણુ ભગવાને પૃથિવીમા ધન્વંતરી અવતાર ધારણ કર્યો અને વ્યાધિયોને નાશ કરવા તથા સુખને જન્મ આપવા અઢાર ભાર ઔષધિ પૈદા કરી. જોકે તે ઓષધિયોના અનેક ભેદ છે, તોપણ જે ગુરૂના મુખથી તે સંબધી પૂર્ણજ્ઞાન મેળવે તો તે મનુષ્યને પૃથિવીની અંદર માનવો ધન્વંતરી વૈદ કહીને બોલાવે અને જગતમાત્ર તેની પ્રશંસા કરે; માટે તેવી જડી બૂટી કે જેના મહાન્ અચિંત્ય મહિમા છે તેનું ઓળખાણ અને ગુણ સંબધીનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા વગડામાં વસનારા ભીલ, ગોવાળ, વનવાસિ યોગી વગેરેનો પરિચય કરી ગ્રંથમા બતાવેલ જડી બૂટીના નામો ને ગુણો જાણવા અવશ્ય યત્ન કરવો કે જેથી ઉત્તમ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય. ૪૦—૪૨

(વૈદ્યમાં કેવાં લક્ષણો હોવા જોઇયે ?)

સુચિ તન વસન મન કામ તુછ લોભહે બાલ કંગાલનર દીન જૈસો,
અમલિસેાં અધિક ધર હવા સબ યાદહે રિતુબલ ચૂકે નહિ કૈફ કૈસો ?
ધ્રુમ્રાર્ક લેપ અંજન અરૂ પાક પુનિ માત્રાદિકો જ્ઞાનહે ચલિયે વૈસો,
ધાતુ ઉપધાતુ સબ મારકે જાનહિ બડે સરકારમે બૈદ ઐસો ! ૪૩

જે વૈદ્યના શરીર, વસ્ત્ર, મન, અને કામ પવિત્ર હોય, જેની લોભ પ્રકૃતિ ઘણીજ ઓછી હોય, જે બાળક કે કંગાલ મનુષ્યના જેવો દીન–નમ્ર હોય, અમલદાર કરતાં પણ જેની નીતિ રીતિ દઢતા વિશેષ પ્રશંસા લાયક હોય, પૃથિવીપરના દેશમાત્રની હવાનું માન વગેરે જેની યાદીમાં વિદ્યમાન હોય, જે ઋતુઓના બળાબળમાં ભૂલ ન ખાતો કે કોઇ પણ જાતનો કેફ ન કરતો હોય. જેનામા ધ્રુમ્રપાન–અર્ક–લેપ–અંજન–પાક વગેરેની બના-

વટે તેમજ રીતિ અને માત્રા (તોલા આન) નું જોઇયે તેવું જ્ઞાન હોય, અને જે ધાતુ ધાતુ વગેરેનાં શોધન મારણ દોષશાંતિ ગુણ વગેરે જાણતો હોય, તે વૈદ્ય ઉત્તમરાજ અંદર રાજવૈદ્યનું માન મેળવવા ભાગ્યશાળી થાય છે. ૪૩

(દેશની હવા સંબંધી યોગરત્નાકરનો મત આ પ્રમાણે છે.)

(સોરઠા—છંદ.)

હરિયર દ્વાદશ માસ, શીત હવા ખટ રિતુ બસૈં;
કફ મારૂતકો બાસ, રાજ્ય કરે તિહિ દેશમેં. ૪૪

જે દેશની અંદર હરિયાળીથી ધરતી બારે માસ છવાઇ રહેતી હોય, અને છએ રૂતુઓની અંદર ઠંડી હવા ફેલાઇ રહેતી હોય, તે દેશની અંદર કફ અને વાયુ સંબંધથી પેદા થનારા રોગો ઘણું કરીને પેદા થાય છે. મતલબ કે એવી જમીનમાં જે જે રોગો થાય તે તે રોગોમાં કફ અને વાયુની પ્રાધાન્યતા હોય છે. ૪૪

(વિશેષ ખુલાસા માટે—ચોપાઇ છંદ.)

નિરમલ જલ ધર પર ચલિ આવે, હરિતાઇ તૃન કબહુ ન જાવે;
બિન પાવસ અન્ન હોત બગીચાં, શીત હવા દ્રુમ બહોત સગીચા. ૪૫
રસ રસાલ ગુડ ધૃત પય ઝરહી, કફ વાયું તહાં રાજહી કરહી;
ગર્ભ ઔષધિપે દિલ આનો, રિતુ વય કાલ સમય પહિમાનો. ૪૬

દોહરા—અનુપ દેશકી યે હવા, નર નર્મલ બલિ નાર;
અન્ન અપકવ રૂ ધાતુ તુછ, સમુઝી કરે ઉપચાર. ૪૭

(અપૂર્ણ.)

ઉંટ વૈદ્ય.

લેખક: રાજકવિ હર્ષદરાય.

(અંક ૧ લાના પૃષ્ટ ૨૮ થી.)

ભય લાગે તેવી તેનો મુખની મુદ્રા બની ગયેલી હતી અને તે હવે આઠવાડીયાની અંદર દેહ ત્યાગ કરશે એમ તમામ લોકોના મનમાં કલ્પના થતી હતી; વળિ તે નગરશેઠની ઉદારતાને માટે પગલે પગલે વખાણ કરતા હતા, તે સાથે તેના બચાવ માટે શુદ્ધ હ્રદયના સ્નાતકી માણસોના હ્રદયમાંથી આશિર્વાદાત્મક શબ્દો નીકળતા હતા—

આહાવા પ્રસંગમાં પેલો પુનાનિ વૈદ્ય એજ નગરશેઠના મેહેલ્લામાં મોટા દબદબા સાથે આવી પોહોચ્યો. અને પોતાના રિવાજ પ્રમાણે તે તે મેહેલ્લામાં ઉચ્ચાર કરતો ચાલ્યો જતો હતો; વળિ તે સાથે કદાવર બાધાવાળા જીવરામે ઝોળી ભરાવી હતી યદ્યપિ જાણે તે મહાન વૈદ્ય હોય તેવો ભવ્ય ચેહેરાવાળો દેખાતો હતો; ઘણાંખરાં નગરના માણસો જીવરામના ભવ્ય ચેહેરાને તથા તેના દ્રઢ શરીરને જોવાને માટે પાછળ પાછળ ફરતાં પણ હતાં.

પુનાની વૈદ્યનો ઘાટો સાંભળીને તથા તે બન્નેનો દેખાવ જોઇને પોતાની હવેલીના ઝરોખામાં ઉભો રહેલ નગરશેઠના પુત્રે તેમને આવકાર આપીને પોતાના ઘરમાં બોલાવ્યો. વૈદે પ્રવેશ કર્યો અને તે વૃદ્ધડોસાની પથારી આગળ જઇને ઉભો રહ્યો. આ વખતે નગરશેઠના ચારે પુત્રો પોતાના પિતાની આજુબાજુ બેઠા હતા, વૈદ્યને માન આપીને તેમને બેસવાને બિછાનું પાથર્યું અને વૃદ્ધ ડોસાની મંદગીનું વર્ણન કર્યું. તે ડોસાનો હાથ પકડીને વૈદે ઘણા બારીક વીચાર સાથે તપાસ્યું; એટલામાં નિશ્વાસ મુકતા ચારે પુત્રોએ કહ્યું કે વૈદ્યરાજ! આ અમારા પિતાની તબિયત ઠેકાણે લાવવાને ચાર પાંચ વૈદ્યો બબે વરસ અત્રે રહ્યા, અને દવા કરી પણ કંઇ ટેકી લાગી નહી, હવે તો તેમની આખર સ્થિતિ છે, છતાં તમે ઔષધ કરો અને ઇશ્વર તમને યશ આપે તો સારૂં.

આ પ્રમાણે નગરશેઠના પુત્રોનું વચન સાંભળીને હકીમે ઉતર આપ્યો કે, આ વૃદ્ધ ડોસાના જીવનની આશા મુકી દેવા જેવું છે, યદ્યપિ ઇશ્વર ઇચ્છા તો તેમને એકજ મહિનાની અંદર બેસતા ઉઠતા કરૂં અને પાંચ ખેતરવા ચાલીને પોતાને ઘેર આવે તેવી તાકાદવાળા બનાવી દઉં, એવી હું ઉમેદ રાખુંછું. માટે જો તમે પોતાના પિતાનું જીવન સાચવવાની ઇચ્છા રાખતા હશો તો પ્રથમથી પાંચહજાર રૂપીયા આપો અને મટયા પછી પાંચ હજાર આપવા પડશે.

હકીમનું વચન સાંભળીને તે ચારે પુત્રોએ તે ઠરાવનો અંગીકાર કર્યો અને પોતાની હવેલી જોડે બીજું ઘર હતું તેમાં તેમને રેહેવાને ઉતારો આપ્યો. પ્રથમથી પાંચહજાર રૂપીયાની અશરફીઓ ગણી આપી. હકીમ ઘણોજ સંતોષ પામ્યો. આટલી રકમ બીજે ક્યાંય પણ મળી નહોતી. તેથી તે વૃદ્ધ ડોસાને બેઠો કરવાને તેણે ઘણી કાળજી રાખી. તે સાથે મોટી આશા રાખનારા ચાર પુત્રોએ હકીમને ત્યાં ઉતમ પ્રકારનો ખોરાક દરરોજ મોકલવા લાગ્યા.

પોતાની ઝોળીમાંથી લાલ રંગની જે શીશી હતી તેમાંથી એક રતીપુર દવા કાઢીને આંબલીના પાણીના શરબતમાં મેળવીને તે ડોસાને આપવાની શરૂઆત કરી. તેથી તે વૃદ્ધ ડોસાના પેટમાં જઠરાગ્ની વડવાનલની પેઠે પ્રદિપ્ત થવા લાગી; અને જે સંગ્રહણી થઇ ગયેલો હતો તેને તુરત બંધ કરી નાંખ્યો; પાશેર ઘીનો શીરો હઝમ થાય તેટલી તાકાત પ્રથમ શરૂઆતમાં આપવા માંડી, શરીર શીતળ રેહેતું હતું તે શરીરમાં ઉષ્ણતાએ પ્રવેશ કર્યો. નેત્ર હરવખતે મિંચાયલાં રહેતાં હતાં તે ઠેકાણે દેને ખુલ્લાં થયાં; અને પોતાની પાસે કોણ બેઠું છે તેનું ભાન પ્રગટ થયું, આટલો ચમત્કાર માત્ર બે દિવસમાં જણાયો.

તે જોઇને પેલા ચારે પુત્રોના હૃદયમાં ડોસાનું જીવન સફળ થવાને વિશ્વાસ પ્રાપ્ત થ્યો એજ દવા અનુકુળ આવવાથી આઠ દિવસમાં તો આસમાન જમીનનો ફેર પડી ગયો. એજ વૃદ્ધ ડોસો પોતાની પથારીમાં તકીયાના આધારે બેસવા લાગ્યો અને પાસે બેઠે માણસોની સાથે વાતચિત કરવા લાગ્યો. છેવટે એક માસ પુરો થતામાં તે ડોસો વ્યાધી મુક્ત થયો. અને એટલા ઉપર દાતણ કરવા બેઠો, આ તમાસો જોઇને તે વૈદ્ય ઉપર ન રના ઇતર ધનાઢ્ય માણસો તે વૈદ્ય પાસે વારંવાર આવવા લાગ્યા અને પાષ્ટિક દવાએ સેવન કરવાને ભલામણ કરવા લાગ્યાં.

દરેક માણસોની પ્રકૃતિમાં કેવી કેવી પ્રકારનો ફેરફાર છે! તેનું નિદાન કરીને પેલી લાલ રંગની શીશીમાંથી જુદા જુદા અનુપાનથી જેને તેને દવાઓ આપવા શરૂ કરી; સરા સરી બે માસ સુધી તે નગરમાં રહીને બેહજાર સુવર્ણની અશરફીયો સંપાદન કરી— છેવટે પેલા નગરશેઠ તરફથી સારૂં ઇનામ મેળવ્યું. પછી તે નગરમાંથી પોતે બીજે ગામ જવાને નીકળી પડયો; અને વચમાં મુસાફરી કરતાં બે હજાર ઘરની વસ્તીવાળા એક ગામડામાં સમી સાંઝે મુકામ કર્યો.

સારા લાયક મુસાફરને જોઇને તે ગામના પટેલે ગામના ચોરામાં ઉતારો આપ્યો;— રાત્રી પડી એટલે જીવરામે રસોઇ કરી; પછી હકીમે ભોજન કરી લીધું. અને પોતે પણ ખાઇને જુદા જુદા ખાટલામાં પથારી કરીને બેઠા, ઘોડાની સારવાર જીવરામ કરતો હતો; ઘણા દિવસથી જીવરામ પોતાની પાસે રહેલો હોવાથી તેની નમ્રતા તથા સહનપણું જોઇને ચંચતે જીવરામ ઉપર વિશ્વાસ ચોટયો હતો. તેથી દવાની ઝોળી તથા રોકડ નાણું જે મળ્યાં હતાં તે તમામ સાચવવાને માટે જીવરામને આપી મુકતો હતો. અને પોતે નિશ્ચંત થઇને પથારીમાં નિદ્રા લેતો હતો; મુસાફરીના દરરોજના નિયમ પ્રમાણે દસ વાગ્યાનો સુમાર થયો એટલે હકીમ ભાઇ નિદ્રાવશ થયા. અને જીવરામ પોતાના માંચામાં પડયો પડયો આજે વિચિત્ર વિચાર કરવા લાગ્યો.

અપૂર્ણ.

સ્વભાવમાં થતો ફેરફાર.

સગર્ભા સ્ત્રીના સ્વભાવમાં ઘણીવાર ફેરફાર થયા વિના રહેતો નથી. કેટલીક સ્ત્રીઓ જે પહેલાં હઠીલી અને જકી હોય છે, તે ગર્ભ રહ્યા પછી કહ્યાગરી અને આજ્ઞાકારી થાય છે; તેથી ઉલટું જે સ્ત્રીઓ નમ્ર અને માયાળુ હોય છે, તે આ વખતે ક્રૂર અને મલીન થઇ જાય છે. આનંદી અને હાંસીઆર સ્ત્રીઓ કેટલીકવાર ગર્ભાધાન દર્મ્યાન ચિંતાતુર ને બુદ્ધિહીન બની જાય છે. જે સ્ત્રીઓ બીજે સમયે હિંમતવાન અને દૃઢ સંકલ્પ વાળી હોય છે, તેઓ આ વખતે બીકણુ થાય છે, ને તેનો સંકલ્પ ઘડીએ ઘડીએ બદલાય છે. જે ભૂલને ગફલત તેણી કદી કરે નહિ એમ સાધારણુ રીતે માની શકાય તેવી ભૂલને ગફલત તેણી આ વખતે કરે છે, અને તેનો દોષ તેને માથે મુકવા પહેલાં તેની સગર્ભા સ્થિતિ એ ખાસ લક્ષમાં લેવા જેની હકીકત છે કેટલીક સ્ત્રીઓનો તેના સગા પ્રત્યેના ભાવ અને સ્નેહ આ વખતે કમી અસર જાગ્તી થઇ જાય છે. ઘણી સ્ત્રીઓ હમેલ રહ્યા પછી વધારે ચીડીઆ સ્વભાવની થઈ જાય છે, અને ચીડીઆ સ્વભાવની હોય છે તે શાંત અને સરલ સ્વભાવની થઇ જાય છે આ સઘળા ઉપરથી જણાશે કે શરીરમા આવેલા એ ફેરફારો ઘણી ઉતાવળથી અને ઉગ્રતાથી થાય છે, એટલે હોમીઓપેથીની દવાને યોગ્ય પ્રસંગ મળે છે.

ઉપાય·—

ગર્ભપાત; અધુરે પડવુ.

(Abortion and Miscarriage.)

જ્યારે ગર્ભ બરાબર પરિપકવ થયા વિના બહાર નીકળી જઇને નાશ પામે છે. ત્યારે ગર્ભપાત થયો કહેવાય છે. અધુરે પડવુ' એ વાકયનો અર્થ અપૂર્ણ ગર્ભનુ પડવું એટલોજ થાય છે તો પણુ વિશેષે કરીને સાતથી નવ માસ સુધીમા થતા ગર્ભપાત માટે તે વપરાય છે, ત્રણુ ચાર માસની અંદર થનો ગર્ભપાત **ગર્ભસ્ત્રાવ** કહેવાય છે.

પહેલા બે માસની અંદર ગર્ભસ્ત્રાવ વિશેષ થાય છે, અને એમ માનવામા આવે છે કે જરા પકવ થયેલ ગર્ભ ઘણીવાર પહેલેજ માલિને સ્ત્રીને ખબર પડયા વિના રક્તસ્ત્રાવ સાથે નીકળી જાય છે. કેટલીક વાંઝણી કહેવાતી સ્ત્રીઓને પણુ ગર્ભ આ પ્રમાણે જરા પકવ થઇને નાશ પામતો હશે એમ અનુમાન થાય છે.

કારણુ —આ કારણોમાથી કેટલાંક શરીરમા રહેલ હોય છે, અને કેટલાંક શરીર બહાર રહેલ હોય છે. શરીરનાં કે બહારનાં બીજાં ગમે તે કારણો હોય તોપણુ શરીરની એક અમુક પ્રકારની દૂષિત સ્થિતિ કે જેને લીધે કંઠમાળને ક્ષયના તથા કેટલાક ત્વચા રોગ જલદી થાય છે, તેવી દૂષિત સ્થિતિ (Psoric condition) એ સામાન્ય કારણુ હોય છે, કેમકે કેટલીક સ્ત્રીને ગમે તેવાં સખત કારણો મળે છે, તોપણુ ગર્ભપાત થતો નથી, અને કેટલીક સ્ત્રીઓને સહેજ સાજ કારણુ મળવાથી ગર્ભપાત થઇ જાય છે. ગર્ભપાત થવા પહેલાં ગર્ભાશય સંકુચિત થવા માંડે છે, અને તેથી જે જે કારણો ગર્ભાશયને સંકુચિત કરે છે, તે તે કારણો ગર્ભપાત કરનારાં થઇ પડે છે.

આથી ત્રણુ જુદી જુદી જાતનાં કારણો ગણવામાં આવે છે.

તે જોઇને પેલા ચારે પુત્રોના હૃદયમાં ડોસાનું જીવન સફળ થવાને વિશ્વાસ પ્રાપ્ત થયો. એજ દવા અનુકુળ આવવાથી આઠ દિવસમાં તો આસમાન જમીનનો ફેર પડી ગયો અને એજ વૃદ્ધ ડોસો પોતાની પથારીમાં તકીયાના આધારે બેસવા લાગ્યો અને પાસે બેઠેલા માણસોની સાથે વાતચિત કરવા લાગ્યો. છેવટે એક માસ પુરો થતાંમાં તે ડોસો વ્યાધીથી મુક્ત થયો. અને ઓટલા ઉપર દાતણ કરવા બેઠો, આ તમાસો જોઇને તે વૈદ્ય ઉપર નગરના ઇતર ધનાઢ્ય માણસો તે વૈદ્ય પાસે વારવાર આવવા લાગ્યા અને પાષ્ટિક દવાઓનું સેવન કરવાને ભલામણ કરવા લાગ્યાં.

દરેક માણસોની પ્રકૃતિમાં કેવી કેવી પ્રકારનો ફેરફાર છે! તેનું નિદાન કરીને પેલી લાલ રંગની શીશીમાંથી જુદા જુદા અનુપાનથી જેને તેને દવાઓ આપવા શરૂ કરી; સરાસરી બે માસ સુધી તે નગરમાં રહીને બેહજાર સુવર્ણની અશરફીયો સંપાદન કરી— છેવટે પેલા નગરશેઠ તરફથી સારૂં ઇનામ મેળવ્યું. પછી તે નગરમાંથી પોતે બીજે ગામ જવાને નીકળી પડયો; અને વચમાં મુસાફરી કરતાં બે હજાર ઘરની વસ્તીવાળા એક ગામડામાં સમી સાંઝે મુકામ કર્યો.

સારા લાયક મુસાફરને જોઇને તે ગામના પટેલે ગામના ચોરામાં ઉતારો આપ્યો;– રાત્રી પડી એટલે જીવરામે રસોઇ કરી; પછી હકીમે ભોજન કરી લીધું. અને પોતે પણ ખાઇને જુદા જુદા ખાટલામાં પથારી કરીને બેઠા, ઘોડાની સારવાર જીવરામ કરતો હતો: ઘણા દિવસથી જીવરામ પોતાની પાસે રહેલો હોવાથી તેની નમ્રતા તથા સહનપણું જોઇને વૈદને જીવરામ ઉપર વિશ્વાસ ચોટયો હતો. તેથી દવાની ઝોળી તથા રોકડ નાણું જે મળ્યાં હતાં તે તમામ સાચવવાને માટે જીવરામને આપી મુકતો હતો. અને પોતે નિશ્ચંત થઇને પથારીમાં નિદ્રા લેતો હતો; મુસાફરીના દરરોજના નિયમ પ્રમાણે દસ વાગ્યાનો સુમાર થયો એટલે હકીમ ભાઇ નિદ્રાવશ થયા. અને જીવરામ પોતાના માંચામાં પડયો પડયો આજે વિચિત્ર વિચાર કરવા લાગ્યો.

અપૂર્ણ.

સ્વભાવમાં થતો ફેરફાર.

સગર્ભા સ્ત્રીના સ્વભાવમાં ઘણીવાર ફેરફાર થયા વિના રહેતો નથી. કેટલીક સ્ત્રીઓ જે પહેલાં હઠીલી અને જક્કી હોય છે, તે ગર્ભ રહ્યા પછી કહ્યાગરી અને આજ્ઞાકારી થાય છે; તેથી ઉલટું જે સ્ત્રીઓ નમ્ર અને માયાળુ હોય છે, તે આ વખતે ક્રૂર અને ગમગીન થઇ જાય છે. આનંદી અને હેંસીઆર સ્ત્રીઓ કેટલીકવાર ગર્ભાધાન દરમ્યાન આતુર ને બુદ્ધિહીન બની જાય છે. જે સ્ત્રીઓ બીજે સમયે હિમતવાન અને દઢ સંકલ્પ વાળી હોય છે, તેઓ આ વખતે બીકણ થાય છે, ને તેનો સંકલ્પ ઘડીએ ઘડીએ બદલાય છે. જે ભૂલને ગફલત તેણી કદી કરે નહિ એમ સાધારણ રીતે માની શકાય તેવી ભૂલને ગફલત તેણી આ વખતે કરે છે, અને તેનો દોષ તેને માથે મુકવા પહેલાં તેની સગર્ભા સ્થિતિ એ ખાસ લક્ષમાં લેવા જેવી હકીકત છે કેટલીક સ્ત્રીઓનો તેના સગા તરફના ભાવ અને સ્નેહ આ વખતે કમી અગર જાસ્તી થઇ જાય છે. ઘણી સ્ત્રીઓ ગર્ભ રહ્યા પછી વધારે ચીડીઆ સ્વભાવની થઈ જાય છે, અને ચીડીઆ સ્વભાવની હોય છે તે શાંત અને સરલ સ્વભાવની થઇ જાય છે આ સઘળા ઉપરથી જણાશે કે શરીરમાં આવેલા એ ફેરફારો ઘણી ઉતાવળથી અને ઉમતાથી થાય છે, એટલે હોમીઓપેથીની દવાને યોગ્ય પ્રસંગ મળે છે.

ઉપાય:—

ગર્ભપાત; અધુરે પડવું.

(Abortion and Miscarriage.)

જ્યારે ગર્ભ બરાબર પરિપકવ થયા વિના બહાર નીકળી જઇને નાશ પામે છે. ત્યારે ગર્ભપાત થયો કહેવાય છે. અધુરે પડવું એ વાકયનો અર્થ અપૂર્ણ ગર્ભનું પડવું એટલોજ થાય છે તો પણ વિશેષે કરીને સાતથી નવ માસ સુધીમાં થતા ગર્ભપાત માટે તે વપરાય છે, ત્રણ ચાર માસની અંદર થતો ગર્ભપાત ગર્ભસ્રાવ કહેવાય છે.

પહેલા બે માસની અંદર ગર્ભસ્રાવ વિશેષ થાય છે, અને એમ માનવામાં આવે છે કે જરા પકવ થયેલ ગર્ભ ઘણીવાર પહેલેજ મહિને સ્ત્રીને ખબર પડયા વિના રક્તસ્રાવ સાથે નીકળી જાય છે. કેટલીક વાંઝણી કહેવાતી સ્ત્રીઓને પણ ગર્ભ આ પ્રમાણે જરા પકવ થઇને નાશ પામતો હશે એમ અનુમાન થાય છે.

કારણ.—આ કારણોમાંથી કેટલાંક શરીરમાં રહેલ હોય છે, અને કેટલાંક શરીર બહાર રહેલ હોય છે. શરીરનાં કે બહારનાં બીજાં ગમે તે કારણો હોય તોપણ શરીરની એક અમુક પ્રકારની દૂષિત સ્થિતિ કે જેને લીધે કંઠમાળને ક્ષયના તથા કેટલાક ત્વચા રોગ જલદી થાય છે, તેવી દૂષિત સ્થિતિ (Psoric condition) એ સામાન્ય કારણ હોય છે, કેમકે કેટલીક સ્ત્રીને ગમે તેવાં સખત કારણો મળે છે, તોપણ ગર્ભપાત થતો નથી, અને કેટલીક સ્ત્રીઓને સહેજ સાજ કારણ મળવાથી ગર્ભપાત થઇ જાય છે. ગર્ભપાત થવા પહેલાં ગર્ભાશય સંકુચિત થવા મંડે છે, અને તેથી જે જે કારણો ગર્ભાશયને સંકુચિત કરે છે, તે તે કારણો ગર્ભપાત કરનારાં થઇ પડે છે.

આથી ત્રણ જુદી જુદી જાતનાં કારણો ગણવામાં આવે છે.

(૧) લાયક કરનારાં કારણો. (૨) ગર્ભાધાન પછી ગર્ભના દોષથી થતાં કારણો. (૩) સ્વતંત્ર કારણો.

લાયક કરનારાં કારણો:—ગર્ભ બંધાયા પહેલાં ગર્ભાશય, અને તેના ઉપાંગોમાં થયેલ **વરમ, સ્થળ ફેર, ક્ષત, અર્બુદ કે, ચાંદી, ઉપદંશ,** ધાતનો રોગ, કંઠમાળ, (કોઇવાર,) **ચરબીથી ફુલી જવું,** વખતો વખત શરીરમાં જ્યાં ત્યાં લોહીનો જમાવ થવાની આદત, **ગર્ભાશયની અતિનાજુકાઇને કોમળતા** (sensibility) (જેથી તેની આસપાસ કાંઇ વરમ કે દરદ થાય તો તે તરત ઉશ્કેરાઇ આવે,) **સ્ત્રીઓના સ્તનની અતિ કોમળતા** (જેથી બચ્ચું ધાવે, અગર તો સ્તનને બીજી રીતે ક્ષોભ (Irritation) મળે, તો તરત તેની અસર ગર્ભાશય ઉપર થાય) અને **વારંવાર થયેલ ગર્ભપાત** ને એ સઘળાથી સ્ત્રી ગર્ભપાત થવાને લાયક થાય છે.

ગર્ભાધાન પછી ગર્ભને લીધે થતાં કારણો:—ગર્ભ રહ્યા પછી કેટલીક સ્ત્રીઓને જુદાં જુદાં ચિન્હો થાય છે, તેમાં **ઉલટી,** ઝાડો, તાવ, **ઝાડાની કબજીઅત** વગેરે હોય છે, તેને લીધે કોઇવાર ગર્ભપાત થઇ જાય છે. ગર્ભાધાન પછી કોઈવાર **પેટનું કે ગર્ભાશયનું જળંદર** થાય છે, **ગર્ભાશયની અંદર મસા કે ગ્રંથિ** થાય છે, અને ઘણીવાર ગર્ભાશયનું **સ્થળને સ્થિતિ ફેરવાઇ ગઈ** (displacements) હોય છે, કેટલીકવાર **ઓર અધોગત** (placenta proevia) હોય, કેટલીકવાર સ્ત્રીનું બીજ યોગ્ય પરીપક્વતા પામવાને બદલે **બીજુ રૂપ** (blightedova) ધારણ કરે છે, અને કોઇવાર કાંઇ કારણથી અંદર **ગર્ભનો નાશ** થાય છે, ત્યારે ગર્ભ અંદર રહી શકતો નથી. ગર્ભને નાશ પામવાનું કારણ **કાંઇ વિષ, રક્તસ્રાવ,** અગર **પોષણની** ખામી હોય છે: કોઇવાર ગર્ભ ઉપર અંદરના બીજા અવયવોનું અગર બહારથી દબાણ થવાથી ગર્ભપાત થાય છે.

સ્વતંત્ર કારણો:—**અતિશય તનની કે મનની મહેનત,** (ઘણી ઘોડા ઉપરની, ગાડાની, રેલગાડીની કે પગે ચાલીને કરેલી મુસાફરી, ઓઢવાનો કે બોજો ઉપાડવાનો ઘણો શ્રમ, કાંઇ ભાર ખેંચવાનો કે સિંચવાનો પરિશ્રમ, ચાલતા લપસી જવું, દોડવું, કુદવુ, નાચવું, ઇત્યાદિ.)

ગુહ્યાવયો ઉપર થયેલ અકસ્માત.

બળાત્કાર, શસ્ત્રક્રિયા (માર. પછાડ, જાણી જોઇને કરેલ શસ્ત્રક્રિયા, અચાનક થયેલ ઇજા, જખમ, ઇત્યાદિથી ગર્ભને નુકશાન થાય છે), **સ્તનને થયેલ જખમ, શસ્ત્રક્રિયા અગર બળાત્કાર, અતિશય ઉશ્કેરણી અને ચંચળતા સાથે થયેલ સંભોગ, વિપરીત સંભોગ, વારંવાર થતો સંભોગ, હરકોઇ પ્રકારનો તીવ્ર મનોવિકાર,** (અતિ ક્રોધ, મોહ, ચિંતા, અફસોસ. ધાસ્તી, ખેદ વગેરે,) અને કેટલાક રોગો (જેવાકે ઝાડો, મરડો, પાછળથી થએલ પરમીઆનો કે ચાંદીનો રોગ, એકાંતરો કે ટાઢીઓ તાવ, પ્લેગ જેવો ચેપી તાવ, પીળો તાવ, કોલેરા, શીળી વગેરે) ને લીધે ગર્ભપાત થાયછે.

એ સિવાય કેટલીક વનસ્પતિઓ અને રસાયણીક ક્ષારો એવા હોય છે કે તે મોટા પ્રમાણમાં લેવામાં આવેથી ગર્ભપાત થાય છે. તેમાંના કેટલાક નીચે આપેલ છે:—એળીઓ, બ્લીસ્ટર મારવાની માંખી, ટંકણખાર, ક્વીનાઇન, પારદ, એપીસ, સેબીના (સેવીન શીકેલ

કોર્નુટમ (અર્ગટ), કાલોકાયલમ, તથા કેટલીક સખત ઉલટી અને રેચની દવાઓવા પણ ગર્ભપાત થાય છે.

ચિન્હ ને લક્ષણ.—કેટલીક સ્ત્રીઓને ગર્ભપાત થવા પહેલાં જરા ટાઢ વાય છે, પછી શરીર ગરમ થઇ આવે છે, ઉબકી થાય છે, તૃષા બહુ લાગે છે, બેચેની જણાય છે, છાતીમા ધમકારો થાય છે, પેટમા કાઇ થડી વસ્તુ હોય એમ લાગે છે, હાથ પગ ટાઢા થતા જાય છે, આખોની નીચેની ત્વચા કાળી થઇ જાય છે, અને તેનો જીવ ઉડો ઉતરી જતો હોય એમ તેન લાગે છે. આવાં ચિન્હો ઘણુંકરીને લાયક કરનારાં કારણોને લીધે હોય છે.

સાધારણ રીતે ગર્ભપાતમા શરૂઆતમા **લોહી વહેવા માંડે** છે તે સાથે **જાંગમાં ને પેડુમાં દુખાવો** થાય છે. પહેલા આ દુખાવો થોડો હોય છે, ને સ્ત્રીને રજોદર્શન વખતે જેવો દુખાવો થાય છે, તેને મળતો હોય છે કોઈવાર જો લોહી વહેવા માડે તે પહેલા એવો દુખાવો શરૂ થાય છે, તો ગર્ભપાત થતો અટકાવી શકાય છે, પણ જ્યારે રક્તસ્ત્રાવ શરૂ થયો હોય ત્યારે જો રક્તસ્ત્રાવને જલદી બંધ કરવામાં આવે નહિ, તો ગર્ભપાત થતો અટકાવતા મુશ્કેલી પડે છે.

રક્તસ્ત્રાવની સાથે **પેડુમાં ભાર લાગે છે,** અને જાણે કે પેડુમાથી કાઈ બહાર નીકળવા પ્રયત્ન કરતું હોય તેમ સ્ત્રીને લાગે છે રક્તસ્ત્રાવ શરૂ થયા પછી, પણ સ્ત્રીઓને ઘણીવાર ટાઢ વાય છે, અને વેણના જેવું દરદ ઉપડે છે. જેમ ગર્ભ વધારે માસનો હોય છે તેમ વેણ વધારે આવે છે. જો માસ દોઢ માસના ગર્ભનો સ્ત્રાવ થાય તો માત્ર રજોદર્શનનુ લોહી વધારે જતું હોય એમ લાગે છે.

ગર્ભનુ પતન થયા પછી રક્તસ્ત્રાવ ઘણું કરીને વિશેષ થાય છે; અને જ્યારે ચાર પાંચ મહિનાનો ગર્ભ પડયો હોય ત્યારે લોહી ઘણુ જાય છે, અને સ્ત્રીની તબીઅતને ધક્કો પહોચે છે. ગર્ભના ઉપાગ-ઓરને પડ-ગર્ભાશય સાથે ગાઢા સબધમા હોય છે, તે આ વખતે જલદી ત્યાથી જુદાં પડતાં નથી, એથી વેણને રક્તસ્ત્રાવ બન્ને વધારે વખત સુધી રહે છે. ગર્ભ બહાર પડયા પછી કોઇ કોઇવાર આઠ દશ દિવસ સુધી ઓર નીકળતી નથી; કોઇવાર ઓર ગર્ભાશયની અદર રહે છે, સડે છે, આ સડાથી સ્ત્રીને પાઇમીયાનો રક્તવિકાર થાય છે, તથા મૃત્યુ થવાનો સભવ રહે છે, પણ આવો સડો પાંચ છ મહિના અને તે પછીના ગર્ભની ઓરમા વધારે થાય છે, તે પહેલા ક્વચિતજ થાય છે

કોઇ વાર નાના ગર્ભનો અદર નાશ થાય છે, ત્યારે તેનો સ્ત્રાવ થવાને બદલે ઓર મોટી થાય છે, અને તેમાં મરણ પામેલ ગર્ભ છુપાઈ રહે છે, અગર તે ગર્ભનું કાંઈ રૂપાન્તર થાય છે, અથવા તેની તો અસ્વાભાવિક વૃદ્ધિ થાય છે, ત્યારે છોડ થયું કહેવાય છે

નિર્ણય.—અતિ આર્તવમા અને પીડીત આર્તવમા લોહી નીકળવાથી પીડા વગેરે ચીન્હો નરમ પડે છે, પણ ગર્ભપાત થવાનો હોય છે, ત્યારે લોહી નીકળતું જાય છે, તેમ તેમ વેણ વધારે જોરથી આવવા માડે છે; અને આર્તવ વિકારમા પીડા હમેશા સ્ત્રાવની પહેલા થાય છે, અને ગર્ભપાતમાં કોઇકવારજ પીડા રક્તસ્ત્રાવની પહેલા થાય છે, આ સિવાય અદર ગર્ભ છે કે નહિ તેની તપાસ ને ખાત્રી કરવી જોઇએ; યોનિ માર્ગની અંદર આંગળી નાખવાથી કમળનું મુખ ઉઘાડું લાગે, અને થોડી વારે તે વધારે ખીલતું જણાય તો ગર્ભપાત થવાનો હશે એમ અનુમાન થાય છે.

દિલ્હીવાળા લાલા બિશનદયાલ ધર્મદાસની કઈ કઈ ચીજો વધારે વખાણવા લાયક છે?

આંખમાં આંજવાનો ધોળો પીળો કાળો લાલ સુરમો ઘણો જ ઉત્તમ છે, આંખની દરેક બિમારીઓને તાકીદે મટાડે છે.

કસ્તૂરીની ધાતુપુષ્ટિની ગોળીઓ શરીરની તાકત વધવા માટે ઘણીજ સારી છે.

માથામાં નાખવાનાં સુગંધી તેલો સહુ કરતાં ઘણી સરસ બનાવટનાં હોવાથી વાળોને વધારે છે, નરમ રાખે છે. મજબુત મૂળ વાળા અને શામ બનાવે છે.

શિવાય દરેક જાતનાં શરબત, દરેક જાતના મુરબ્બા. દરેક જાતના અર્કો, દરેક જાતના અત્તરો, દરેક જાતના દેશી સેંટ અને દરેક જાતનાં સુગંધી જળ, તેમજ બરાસ કસ્તૂરી કેસર વગેરે ઘણાંજ ઉત્તમ મળે છે.

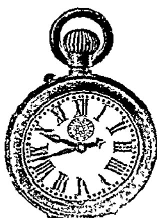
વિશેષ માહેતી મેળવવા કાર્ડ લખી લીષ્ટ મંગાવો એટલે તન્દુરસ્તીનો તાસ જામશે તે ચિત્ત પ્રસન્નતા પામશે.

લખો૦ જુમ્મામસજીદ સ્હામે. દિલ્હીવાળા લાલા બિશનદયાલ ધર્મદાસ અત્તરવાળાની દુકાને અમદાવાદ—ગુજરાત.

મેહેરબાની કરી એક વખત જરૂર વાંચો કેમકે વાંચશો તો ઘડીઆળ જરૂર મંગાવશો ઘડીયાળની લુંટ, ખાસ ભાવ ઘટાડેલા છે કીમત ટપાલ ખરચ સાથે રૂ. ૩ા તુરત વી. પી. પારસલથી મંગાવો.

કીમત રૂ. ૩ા ટપાલ ખરચ માફ

વેપારી લોકોએ ખાસ મફતથી મંગાવવી



ટપાલ ખરચ સાથે રૂ. ૩ા

ખીસામાં રાખવાનું મજબુત બરાબર ટાઇમ દેખાડનારૂં **કમીશન રાશકોપ સીસટમ નામનું ખીસાનું** ઉતમ ઘડીયાળ—ટાઇમ બરાબર દેખાડે છે, રોજની ચાવીવાળું દરેક લોકોને લેવાનું બની શકે તે સારૂં, ફક્ત કીમત રૂ. ૩ા રાખી છે. ટપાલ ખરચ માફ, માટે વહેલો તે પહેલો. આવી તક ફરી નહી મળશે, ઘડીયાળ ખુબ સારો છે. ઘડીયાળ સાથે કાચ કમાન અને પેટી છેડો એટલો સામાન મફત મળશે માટે તુરતજ તુરતા તુરત વી પી પારસલથી મંગાવો, ઘડીયાળ ઘણુંજ સારૂં છે. મળવાનું ઠેકાણું:—

ખોજા વલીભાઇ ઇસમાયલ ઘડીયાળના વેપારી.—ગામ વરવા જીલ્લો નાગપુર.

આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ.

ચાલુ જમાનાની તાકાત આપનારી તમામ ઔષધીઓમાં

અગ્રેસર છે

આ ગોળીઓઃ—

(૧) પાચન શક્તિની વિક્રિયાને દૂર કરે છે
(૨) નબળા પડતા જ્ઞાન તંતુઓને પુષ્ટિ આપે છે
(૩) ઘટતી જતી સ્મરણશક્તિને સતેજ કરે છે
(૪) લોહીને સુધારી ઉમદા બનાવે છે
(૫) તાકાત વધારે છે
(૬) મર્મસ્થાનોની શક્તિને ઉત્તેજિત કરે છે
(૭) સ્વપ્નામા થતા ધાતુપાતને અટકાવે છે
(૮) ગુમાવેલ પુરૂષત્વને પાછુ બક્ષે છે

૩૨ ગોળીની ડબી એકનો રૂ. ૧

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણિશંકર ગોવીંદજી
જામનગર—કાઠિયાવાડ.

સઘળી જાતના નૈતિક અને શારીરિક ભયમાંથી મુક્ત રહેવા માટે

મહેરબાની કરી **" કામશાસ્ત્ર "** નામનું

અમારૂ પુસ્તક વાચો

તે આરોગ્ય, દોલત અને આબાદીનો ઉતમ માર્ગ દેખાડનારૂ છે

૪૨ થી વધારે આવૃત્તિઓમાં બહાર પડી આજ સુધીમાં તેની

લગભગ ૭ લાખ પ્રતો વહેંચાઇ ચુકી છે.

મફત

તે પુસ્તક

અંગ્રેજી, મરાઠી, ગુજરાતી હિંદી ઉર્દુ, (ગુજરાતી લિપિમા) બંગાલી, તામિલ
અને તેલુગુ ભાષામા તૈયાર છે

વિના મૂલ્યે

ટપાલ ખર્ચ પણ લીધા વગર મોકલવામાં આવે છે.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણિશંકર ગોવીંદજી
જામનગર—કાઠીયાવાડ



તાવની રામબાણ દવા.

રૂ. ૧૦૦) ઈનામવાળી.

કોઈપણ જાતનો તાવ એટલે દાડવો, એકાંતરીઓ, ચોથીઓ, ઉનો, ટાઢીઓ ને ચાલતા જમાનાના નવી નવી જાતના ઉલ્ટા તાવ અમારી દવાથી ન ઉતરે તો લીધેના પૈસા પાછા આપીશુ. કોઇ એમ સાબિત કરી આપશે કે વૈદ ગિરધરલાલ કહાનજીની દવાથી ચોથીઓ તાવ ન ગયો તો તેને રૂ. ૧૦૦ ઇનામ આપીશું. ગોળી ૪૨ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૨–૦–૦.

પ્લેગની રામબાણ દવા.

પ્લેગથી બચવાને સર્વોત્તમ આ ગોળી છે, પ્લેગની ખરાબ હવામાં નિરોગીને આ ગોળી એકદમ રામબાણની માફક આરામ કરી આપે છે. આ ગોળીથી અમે પ્લેગના ઘણા કેસો સુધાર્યા છે માટે પ્લેગથી બચવું હોય અને અમારી ઉપરની દવા વાપરી ખાત્રી કરવી હોય તેણે આ દવા ખરીદી રાખવી. ગોળી ૪૮ ની ડબી ૧ ની કિમત રૂ. ૧–૮–૦

પરમીઆની રામબાણ દવા.

આ દવા તમામ જાતના પરમીઆ મટાડે છે. ઇંદ્રિમાં થતી બળતરા અને ચાલતું પરૂ (રસી) બંધ કરે છે, સોજો ઉતારે છે, ટીપે ટીપે આવનો પેશાબ સાફ લાવે છે, કળતર અને પેટનો દુખાવો મટાડે છે, નીચેની રગમા જે દરદ થાય છે તેને તરત આરામ કરે છે. તેમજ ધાતુ વધારી શક્તિ આપે છે અને સાંધાના દુખાવા મટાડે છે. યાને પરમીઆથી થએલ તમામ દરદોનો તાકીદે નાશ કરે છે. ડબી ૧મા ગોળી ૧૬ શીશી એકની કિંમત રૂ ૨–૪–૦

ઘણા રોગોને ઝટ આરામ કરનાર.

શક્તિ–સજીવન–વીર્યનો ઝરો.

કોઇ સખસ એમ સાબિત કરી આપશે કે આ દવામાં શક્તિ લાવવાનો અને વીર્ય વધારવાનો ગુણ નથી તો તેને રૂ. ૧૦૦) ઇનામ આપીશું.

કમતાકત થયેલ ઇંદ્રીયને તાકત આપી સતેજ કરવાનો શક્તિ–સંજીવનમાં ખાસ ગુણ છે. પેશાબમાં, બગલમા, મોઢેથી અને ઇંદ્રીયથી જતી ધાતુ શક્તિ–સંજીવન બંધ કરે છે. નપુસક થઈ ગયેલા મરદને શક્તિ–સંજીવન પુરૂષાતન આપે છે બરડાની ફાટ, કમરનો દુખાવો, પગનું કળતર, સધીવા, ક્ષય, જુનો મર્ડો, ખાસી, વાયુના રોગો, મદાગ્નિ, અજીરણુ કબજીઆત પિત્તકમળી, કમળો, પિત્તપાડુ. જીર્ણજવર વીગેરે ઘણા દરદોનો નાશ કરે છે. સ્ત્રીના ગર્ભાશયનાં દરદો ને થતો ગર્ભપાત અટકાવે છે. વાંઝણીને શક્તિ–સજીવનનું સેવન કરવાથી (છોકરાની) પ્રાપ્તી થાય છે. શક્તિ–સજીવન ધાતુના તમામ દોષ મટાડી સ્ત્રી, પુરૂષ, બાળક અને વૃદ્ધને પુષ્ટ, તેજસ્વી, કાન્તીવાન, બળવાન બનાવે છે. ગોળી ૪૨ ની ડબી ના રૂ. ૨–૮–૦.

આ સિવાય તમામ દરદોની દવા અમારા ઔષધાલયમાં મળે છે, જે વી. પી. થી મોકલવામાં આવશે. પરદેશથી મંગાવનારાએ નીચેને સરનામે જીલ્લો, તાલુકો, પોષ્ટઓફીસ સાથે પત્ર લખવું. જાતે લેનારને અમદાવાદમાં ત્રણ દરવાજે માણેકલાલ ફકીરચંદની દુકાનેથી લેવી.

વૈદ્ય શા. ગિરધરલાલ કહાનજી.
મુ. ધોળકા, જી. અમદાવાદ.

મહાનારાયણ તેલ.

આ તેલના સેવનથી બધા શરીરની પીડા, લકવો, અડધા શરીરનું ઝલાઈ જવું; એક હાથનું ઝલાઇ જવું, એક પગનું ઝલાઈ જવું, હમેશાં શરીરનું કંપવું, ડોકનું રહી જવું, દાઢીનું ઝલાઇ જવું, કેડનું દર્દ, સંધીવા, કુબડાપણું, લૂલાપણું, જીભનું ઝલાવું, હાડોનું ટુટવું, હાથ પગોનું કંપવું, શરીરનું કળતર, શૂળ, ગોઠણની પીડા, અડદીઓ વા, અને બધી જાતના વાયુ રોગ વગેરે મટી જાય છે. જે વાયુ રોગ કોઇ પણ દવાથી મટેલ ન હોય તે આ તેલથી અવશ્ય મટી જાય છે.

પોષ્ટિક મોદક.

સોનું કસ્તૂરી વગેરે તુરત અસર કરનારી ઘણા મૂલ્યવાળી ઔષધિઓ મેળવીને આ પાક તૈયાર કરવામાં આવ્યો છે. આની બે ત્રણ માત્રા સેવન કરતાંજ અપૂર્ણ આનંદનો ઉદય થાય છે. ઇંદ્રિયોમાં સામર્થ્ય, મનમા ઉત્સાહ અને શરીરમાં અતુલ બળનો સંચાર થાય છે. આનું કેટલાક દિવસો લગી સેવન કરવાથી ધાતુક્ષીણતા, નપુંસકતા, અને પ્રમેહ વગેરે રોગો દૂર થઇ દેહને રૂષ્ટ પુષ્ટ બલિષ્ટ કરે છે. ઘણું કરીને શીયાળામાં શોખીન લોકોને માટે આ ચીજ ઉત્તમ છે. કીમત ૨૦ લાડુના બે રૂપિયા છે. કામેશ્વર મોદક ઘણાજ પુષ્ટિકારક છતાં ૩૨ મોદકના બે રૂપિયાજ છે. બદામ પાક શેર ૧ ના ૪ રૂપીયા, સોપારી પાક શેર ૧ ના ૪ રૂપિયા, સૌભાગ્યશુંઠીપાક શેર ૧ ના ૩ રૂપિયા છે. ટપાલ ખર્ચ જુદું.

સ્ત્રીસંજીવન શંકર ઘૃત.

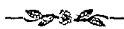
આ પરમ કલ્યાણ કરનાર ઘીનું સેવન કરવાથી સ્ત્રીયોનો ધોળો પ્રદર (ધોળી ચૂના જેવી ધાતનું છુપા ભાગથી પડવું.) લોહીવા (છુપા ભાગમાંથી લોહીનું પડવું.) અરૂચિ, શરીરની પીડા, મૂર્છા, પાચ સાથે ધાતુનું પડવું; શરીરની દુર્બળતા, કેડમાં પીડા થવી અને બેચેની એ બધા વિકારો દૂર થઇ શરીર નિરોગી અને સોના સરખું નિર્મળ તથા સુંદર થાય છે. તેમજ પ્રજા ઉત્પન્ન થવાની શક્તિ પેદા થાય છે. જે સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહેતો નથી. અથવા રહીને પડી જાય. (ગર્ભ પાત થાય) છે, તેઓના બધા દોષો દૂર કરી ઉત્તમ સદ્ગુણ સંપન્ન સુંદર સંતાનની પ્રાપ્તિ કરાવે છે. મૂલ્ય શીશી ૧ ના બે રૂપિયા અને ટપાલ ખર્ચ ૨ આના છે. મળવાનું ઠેકાણું.

શંકરલાલ હરીશંકર.

" આયુર્વેદોદ્ધારક ઔષધાલય." મુરાદાબાદ.

અથવા સુવડતાના ફાયદા (૨૪) આરોગ્ય જાળવવા રાખવી જોઈતી ખાસ સભાળ, ખોટી શરમના ગેરફાયદા (૨૫) અટકાવ (રજોદર્શન) (૨૬) પતિને વશ કરવાની વિદ્યા (૨૭) 'કુસુમ' (બોધદાયક વાર્તા.) (૨૮) પત્નીની પતી પ્રત્યે ફરજ, પત્ની ધર્મ (૨૯) સપ્તપદી (૩૦) 'સુનન્દા' (બોધદાયક વાર્તા) (૩૧) તરૂણીઓની પરપુરૂષ પ્રત્યે વર્તણુક કેવી જોઈએ? એ શાથી થવાય? (૩૨) તરૂણીઓએ પાકશાસ્ત્રમા પ્રવીણ થવાની જરૂર, તે પર દેવુ જોઇતુ ધ્યાન અને ખોરાક માટે રાખવી જોઈતી સભાળ (૩૩) આહાર વિહારમા નિયમિતપણુ જાળવવાની જરૂર (૩૪) તરૂણીઓને ઉદ્યમી થવાથી થતો લાભ, આળસુ થવાથી થતો ગેરલાભ, અવકાશને વખતે શુ કરવુ જોઇએ? (૩૫) તરૂણીઓએ રાખવી જોઇતી ઉમદા ગૃહવ્યવસ્થા (૩૬) તરૂણીઓએ કરકસરથી રહેવાથી થતો લાભ, દેખાદેખીથી દૂર રહેવુ 'સતોષ એજ ખરૂ સુખ' (૩૭) 'નર્મદા' (બોધદાયક વાર્તા) (૩૮) તરૂણીઓએ સવારમા વહેલા ઉઠવાથી થતો લાભ (૩૯) અનુકમ્પા (દયા) પરોપકાર કરવો એજ પુણ્ય અને અવરને દુ ખ દેવુ એ જ પાપ (૪૦) નારી નિત્ય પાઠ ૧ લો, (૪૧) નારી નિત્ય પાઠ ૨ જો (૪૨) 'સુલક્ષણા' (એક પતીપ્રેમી બાળાનું અદ્ભુત પ્રેમચરિત્ર)

જેઓ પોતાની સ્ત્રીઓને પુત્રીઓને, ભગિનીઓને નીતિનું, ઘરસસાર ચલાવવાની રીતિનુ અને બચ્ચાઓને કેળવણી આપવાનુ પુર્ણ જ્ઞાન આપવા ઇચ્છતા હોય તેવા દરેક સજ્જને આ પુસ્તક ઘરમા રાખવાની આવશ્યકતા છે કિમત રૂપિયો સવા પોસ્ટેજ જુદુ



શ્રીમન્ત વડોદરા સરકારનાં કેળવણી ખાતાએ શાળાઓમા
ઇનામ તથા લાઇબ્રેરી માટે મંજુર કરેલુ
અતિ ઉપયોગી સર્વોપયોગી બાળહિતવર્દ્ધક પુસ્તક

'માતાફરજ" યાને "બાળકોપયોગી ઔષધ".

આ લઘુ પુસ્તકના રા કેશવલાલ જેશકર ધોળકીયા, એલ એમ એન્ડ એસ એસી સ્ટટ સર્જન રામપૂર સ્ટેટ (રોહિલખડ) રા વીરજી ઝીણા રાવળ એલ એમ એન્ડ એમ હાઉસ સર્જન જ્યુબિલિ હોસ્પીટલ જામનગર રા પોપટ પ્રભુરામ, એલ એમ એન્ડ એસ જે પી સુપ્રિન્ટેન્ડેન્ટ આર્યન મેડીકલ ફડ મુબઇ રા લક્ષ્મીશકર લાલજી વ્યાસ, એલ એમ એન્ડ એસ મેડીકલ ઓફીસર માણાવદર સ્ટેટ, રા માધવલાલ ડી ભટ ફર્સ્ટ કલાસ હોસ્પીટલ એસિસ્ટટ ઇનચાર્જ ડિસ્પેન્સરી મગમરા, રા રતીલાલ આર બક્ષી એલ.આર સી.પી એન્ડ આર સી એસ (એડીન), એલ એફ પી એન્ડ એસ (ગ્લાસગો) રા ડી બી વસાવડા એચ એ મેડીકલ ઓફીસર ઇનચાર્જ ડીસ્પેન્સરી બાટવા રા મુળશકર આદિત્યરામ આર્ય વૈદ્ય વગેરેએ તથા અનેક વિદ્વાન ગૃહસ્થોએ અતિ ઉચ્ચ અભિપ્રાય આપેલા છે

આ નાના પુસ્તકના પ્રથમ ભાગમા 'માતાની પોતાના બાળક પ્રત્યેની સપૂર્ણ ફરજ,' અને બીજા ભાગમા 'બાળકોના અનેક રોગની પિછાન સાથે સપ્પ્રમાણ દેશી દવાઓ – લખ્યા ઉપરાત ઉપયોગી 'વિશેષ માહિતી' આપવામા આવી છે (બન્ને ભાગ સાથે) કિંમત—આના આઠ, પોસ્ટેજ જુદુ.

મુ. જેતપોર. (કાઠીયાવાડ) } એન કે. વૈષ્ણવ, ટાઇપિસ્ટ.

REGISTERED No. B. 778.

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાના નૂતન શોધખોળોતથા
ઉત્તમ રહસ્યોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતું લોકપ્રિય વૈદકીય માસિક

ધન્વંતરી.

DHANVANTARI.

દરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.] મે, ૧૯૧૦. અંક ૫ મો.

સદ્ગત તંત્રી—ડૉ. મંજુલાલ ભોગીલાલ કંથારીઆકર,
એલ. સી. પી. એસ. એમ. સી. એચ. સી. (કલકત્તા.)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મેસીના માલેક,
ભોગીલાલ ત્રીકમલાલ વકીલ.
વીશનગર—ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોસ્ટેજ સાથે અગાઉથી ૨—૦—૦. છુટી નકલના ૦—૩—૦.

સોરઠો.

મોજ મજાહમાં રોજ, રહેવું હોય જો થીરરી;
ખોજ સહિત પ્રતિરોજ, તો વાંચો "ધન્વંતરી."

"શ્રી સત્યનારાયણ" પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ—ઘીકાંટા—અમદાવાદ.



ધન્વન્તરી.

SHRI DHANVANTARI

धन्वन्तरिं धृतकरामृत पूर्णकुम्भं पीताम्बर सकल सिद्धसुरेन्द्रवंद्यम् ॥
वन्देऽरविंदनयन मणिमाल्यमायुर्वेद मनर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમાં અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા પીળાં વસ્ત્ર ધારણ કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખા નેત્રવાળા, મણિમાળાને પ્હેરી રહેલા આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક અને વળી જેમના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે એવા શ્રી ધન્વંતરી ભગવાન્‌ને હું નમન કરૂં છું

"MENS SANA IN CORPORE SANO" "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૩ જું.] મે ૧૯૧૦. [અંક ૫ મો.

अस्तोदय.

ગજલ કલાપી રાહની

(લેખક—કવિ લવજી માવજી ઠક્કર)

થવાનીને થયેલાની, ઘણી એંધાણિઓ આપું;
થઇ પડતી થશે ચડતી, અધીરા કાં બનો બાપૂ. ૧
ગ્રહો જઇ સૂર્યની સોડે, ભરાયા અસ્ત ભાવીમાં;
જતાં દૂરે દૃગે પડશે, અધીરા કાં બનો બાપૂ. ૨
હતું તરતું પડયું તીરે, વિના જળ વ્હાણુ ઓટે થી;
થતાં ભરતી થશે ફરતું, અધીરા કાં બનો બાપૂ ૩
ઘટો ઘટમાળના ફરતા, ભરાવા થાય જે ખાલી;
પડયું અંતર જશે પ્હોચી, અધીરા કાં બનો બાપૂ ૪
છવાણી પુર્વમાં છાંયા, જશે પશ્ચિમમાં પાછી;
સમે જાશે સમી પગમાં, અધીરા કાં બનો બાપૂ. ૫
ફરે છે ચક્ર આકારે, પ્રતાપી કાળનું પાસું;

બધું બદલી જતું જોશો, અધીરા કાં બનો બાપૂ. ૬
તિમિર ઘાડું નિશીજામે ટળે ના ટાળતાં કયેમે;
રવી ઉગ્યે જશે આઘું, અધીરા કાં બનો બાપૂ. ૭
ગયાં સરિતા સરો સૂકી, પડયો દુષ્કાળ પાણીનો;
વરષ વીત્યે થશે વરષા, અધીરા કાં બનો બાપૂ. ૮
કરેલાં કર્મના યોગે, પુરાયો ગર્ભમાં પ્રાણી;
પ્રસવ થાશે પુરે માસે, અધીરા કાં બનો બાપૂ. ૯
કદી અભિમાન કે ઓછું, ઉરે નવ આણુતા લગ્રજી;
ઉદયનો અસ્ત અસ્તોદય, થશે બ્હીશો નહીં બાપૂ. ૧૦

THE HUSBAND'S RESPONSE.

(Continued from page 106.)

MY SUFFERING WIFE.

I have a word to say to you now, such as I never said before. Your letter has rev aled you to me as I have never before seen you. It shows me to what utter misery I have brought you—how, for my gratification, you have descended into the lowest hell.

You intimate that I treat other women, personally, more tenderly and reverently than I do you. That is true: to my shame & regret I say it. And yet, why should I do so! Why should I *crush* & *desecrate you*, while I have too much respect for *other* women ever to think of doing the same to them! There is no reason for it. You are *my* dearest love. I should treat *you* more tenderly than any *others*; be more careful of your health, and beauty of body & soul. Of all women, the husband should most anxiously watch over the health of his wife, and most shrink from the abuse & desecration of her physical as well as spiritual womanhood.

But I have not been wholly blind to your deep misery. I have seen it, and, at times, feared that I might be the cause. I did not dare ask the cause. Feeling not myself that degradation & misery of which you speak, I did not know how you suffered;

but I should have known, had I not been blinded by passion, and by the false idea that man had a right to the indulgence of his passional nature whenever he wished it, and that, too, without regard to the feelings of his wife, or the welfare of the child that might ensue.

True, I, at times, heard your words of remonstrance & entreaty, but they did not touch my heart; my passion made me deaf or indifferent to your appeals to my manhood to spare you from a maternity which you could not joyfully welcome I was lost in my own hell, and tormented I was blind, but now and then glimpses came to me, from your own keen anguish, of the real truth. But the blur of selfish, craving passion' would come over my sight, and I would go on my old way, cheating myself always, and sometimes you, into the feeling that it was all right, that man had a right to that indulgence, whatever might be the condition of the wife, and whatever her feelings in regard to maternity. At least, I persuaded myself and you *that I could not help it*, and that my health would suffer unless I frequently held that relation with you.

Now that blind dominion of passion is at an end Your appeal to my manhood has reached its deepest depths The gratification of animal passion shall no more guide me in my relations to you That it ever is my shame, as well as your degradation I wish, you could see my soul as it now is; you would see a revolution in it The deep wail of your spirit has reached my heart, and I am ready to go up with you out of the perdition into which my uncontrolled sensualism has cast us

You have descended into hell, for my gratification You have consented to terrible anguish of body and soul for no higher object than my momentary pleasure You have sacrificed your body and soul, your self-respect and all else, on the altar of my ungovernable passion From this hour, I will seek to repair the wrong I have done you I have forced on you, in contempt of your entreaties, a maternity which could not be otherwise than most hateful to you I have compelled you to pass through sufferings of body and anguish of mind which you were not ready to meet,

and which were all the more severe because they were *imposed* by one whom you loved, and who should have known better...

Talk not to me of *your* guilt, of your unworthiness to stand by my side, and to tread with me the path of life as a true, noble and loving wife. If you are guilty, what am I? If you feel degraded by the loss of self-respect, what ought I to feel? The fault is all my own. I should have known better, and had a higher appreciation of the passional relation. Had I consulted your wishes as to maternity, had I counselled with you as to when you could, with safety and exultation, take charge of the germ of my child, and naturally develop it into life! Yes, I see it all; the deep damnation of the deed is my own, and would to God that the penalty might descend on me; that I could save you, my long-suffering, too lenient and forgiving wife, the pain and anguish.

God help me! I am very sick at heart. The bitterness of death enters my soul, as I reflect on the unseen and unexpressed pain of body and desperation and anguish of soul to which my ungoverned passion has brought you. Can you forgive me? Can you again restore me to your loving confidence? Can you ever again respect my manhood, which brought upon you all this woe? I will, henceforth, hold my entire nature in abeyance to your wishes and happiness, and in all my passional relations with you, my object shall be your health and happiness, rather than my own gratification.

Dearest! believe and trust me now, for I mean what I say, and it shall be done. I have written it here, and this shall be my pledge; and If I ever urge on you a relation that will subject you to the liability of maternity, when you do not call for it, lay this pledge before me, and it shall be respected.

We shall yet rejoice together on earth as we never did before. This world may not bring to you entire restoration to health of body, nor peace of mind, nor yet self-abandoned trust in your husband; but the effort to effect this, on my part, shall not be wanting. Believe me, and trust to the love, the faith and energy

which your letter have awakened in me. We will together seek the aid of the angel helpers, who never condemn save to restore and bless, and who are even now lifting up and vitalizing the desponding and heart-stricken.

Dear wife! look up, and trust-*trust*—TRUST! and with strong nerve, and in conscious pride and innocence, you shall yet stand by my side, and tread with me the pathway of the future; a proud, loving, trusting, joyous wife. Your soul shall yet shine with deeper lustre on my manhood, to elevate and save your conscience-stricken, but not despairing husband. You shall yet be, in deed and in truth, my savior, and I will be yours.

These are not idle words, but come from the heart of your loving, penitent, yet hopeful and confident

HUSBAND.

:o:

HYGIENE IN LAUGHTER.

:o:

THE NEW LAW.

Parents of Wayne, a suburb of Philadelphia, are required to report promptly any case of contagious disease, in compliance with the regulations of the local Board of Health.

In accordance with this order, Health Officer Leary received this post-card recently.

" Dear Sir—This is to notify you that my boy Ephraim is down bad with the measles as required by the new law ".

INFORMATION WANTED.

A student of medicine once wrote to his coach saying he was puzzled at the following rule from a guide book to obstetrics in which it laid down the direction, under the management of the first stage of labor, in the following words : "If there is a breech, transverse, or any untoward head presentation, inform the firiends and mention the risk to the child ".

He asked his coach to kindly explain how he was to do it.

EXPERIENCED.

A mother of a seven-year-old lad was daily expecting a visit from the stork and found the little fellow's conduct so annoying that his father was called to interfere.

"Bobby," said papa, "Mama is quite ill, and we are afraid that if you are not a better boy and your mother, it will bring on a crisis. Now, my boy, perhaps you don't know what a crisis is".

"Oh, yes, I do, papa," said Bobby blithely, "it's either a boy or a girl."

THOUGHTFUL INSTRUCTION.

"Doctors often scare people to death by letting them know how dangerous their maladies are," said the white-haired physician.

"Say, Doc," the young man replied, "I wish you'd diagnose my rich uncle's case; double fee if you speak right out plainly, in case you find anything serious the matter with him.

WITHOUGHT A DOCTOR.

A tourist while travelling in the North of Scotland, far away from anywhere, exclaimed to one of the natives; "Why, what do you do when any of you are ill? You can never get a doctor".

"Nae, Sir," replied Sandy, "We've just to die a natural death".

BY DEGREES.

A maiden at college named Breeze,
Weighted down by B. A.'s & M. D.'s,
Collapsed from the strain,
Said her doctor: "'Tis plain
You are killing yourself by degrees!"

स्पिरिच्युआलिझम-प्रेतावाहन.

અથવા

भूतनुं चमत्कारिक वृत्तांत.

(પ્રત્યક્ષ અનુભવનો ઇતિહાસ.)

અનુસંધાન પુસ્તક ત્રીજાના પાન ૧૩૪ થી.

[લેખક-તંત્રી.]

ભૂત જેવી કોઈ પણ વ્યક્તિ જગતમાં છે કે નહીં, કે તે એક ખાલી વહેમ છે તે સંબંધી ઘણાને શંકા થાય છે. હીંદુ લોકોમાં તથા બીજા કેટલાક લોકોમાં તો ભૂતની હયાતી માન્લી છે, પરંતુ હાલના ડૉ૦ બેનરજી નામના એક ગૃહસ્થ 'બંગાળી' પત્રમાં ભૂતનો પોતાને થયેલો અનુભવ લખતાં જણાવે છે કે એક વખત મારી સાળીને મુર્છા આવી હતી અને તેના મોઢાથી એક ભૂત તડ તડ અતિ ચપળતાથી બોલ્યું જતું હતું પણ નવાઈ જેવું તો એ હતું કે ભૂત બોલતું હતું છતાં મારી સાળીના હોઠ જાણે સજ્જડ સીવી લીધા હોયની તેમ તે બંધ ને બંધ રેહ્યા હતા! મેં તેથી તેને પ્રશ્ન કર્યો, કે મોઢું બંધ છતાં તે શી રીતે બોલી શકે છે? તેના ઉત્તરમાં તે ભૂતે મને કહ્યું કે એ આના શરીરમાં હું આવેલો છું, અને તે હું બોલું છું. તે ભૂતને તેના શરીરમાંથી ચાલ્યો જવાનું કહેતાં તે રડવા લાગ્યું અને જોરૂભેર ડુસકાં ભરવા લાગ્યું. તેમ કરતાં તેણે કહ્યું કે મારી સ્ત્રીને ભર યુવાવસ્થામાં પડતી મુકીને મારે આ દુનીઆને છોડવી પડી હતી. ભૂતે મને આજીજી કરીને પોતાની સ્ત્રીની ખાસ સંભાળ લેવાને કહ્યું અને વિશેષ જણાવ્યું કે જો તેમ કરવામાં નહીં આવે તો તે પોતાની સ્ત્રીને આ દુનીયામાંથી ઉપાડીને લઈ જશે. મેં તેની સ્ત્રીની પુરતી સંભાળ લેવાની પાકી ખાત્રી આપ્યા પછી, તે ભૂત પોતાના અવતારો સબંધી અમારી સાથે વાતચીત કરવા લાગ્યું.

તે ભૂતે અમને કહ્યું કે:—તમને છોડીને ગયા પછી મારે બે અવતાર લેવા પડ્યા હતા. દરેક અવતાર લેતી વખતે મેં પરમેશ્વરને વિનંતી કરી હતી કે તે મને તમને મળવા દે. મને પરમેશ્વરે બે અવતાર લેવા દીધા પછી હું તમારી પાસે આવી શકયો છું. પછી તે ભૂતે પોતાના બે ગયા અવતારો સંબંધી હકીકત કેહી સંભળાવી તે વખતે તેનું તથા તેના માત પિતાના શાં નામ હતાં અને તે ક્યા રોગથી મરણ પામ્યો હતો તે પણ અમને જણાવ્યું અને તે વાત ખાનગી રાખવાની અમને સુચના કરી, કારણ નહીં તો તે અવતારના માબાપો તેની શોધમાં પડે. પછી તે ભૂત મારી સાળી ... હતો. ખરું અનેક રીતે રમવા લાગ્યું. કેટલીક વખત તે તેના કાનમાં ફુસ... હતા અને તેઓ તો કેટલીક વખત તે તેના મુખ ઉપર ... તથા (નજરબંધીના) કેટલાક તે સ્ત્રીની જાણ બહાર થતું હતું અને ... આ જાદુગરનો ખેલ દેખાડવાને માટે મીસીસ તે તેની જાણમાં આવતું હતું. ઉભો કરવામાં આવ્યો હતો અને તે જોનાર-

એક દિવસે સવારે મારી સાળી ... જાદુગર એક હીંદુ હતો અને તેણે બાલપણાનો

અને તે બ્રાહ્મણે મને કહ્યું કે જ્યારે જ્યારે તું બોલાવીશ ત્યારે ત્યારે હું તારી પાસે આવીશ અને તું કહીશ ત્યારે જતો રહીશ. તેજ દિવસે સાંજે મારી સાળી દૂર બેઠી હતી અને હું ચોપડી વાંચતો હતો ત્યારે મેં તે બ્રાહ્મણ અને મારી સાળી વચ્ચે થતી વાતચીત સાંભળી. મારી સાળીએ તે બ્રાહ્મણને સ્વપ્નમાં આવવાને કહ્યું કે તરતજ તે ઓરડીની શીલીંગમાંથી રોડાં પડ્યાં. બીજે વખતે મારી સાળીને મારા એક નોકર સાથે આ સંબંધી તકરાર ચાલી. મારો નોકર એવો દાવો કરતો હતો, કે તે એક પાકો ભુવો છે. તે મગજમાં એવી ખુમારી રાખતો હતો કે ગમે તેવો ગડબડાટ થાય તોપણ તે તેને દાબી દેવાને સમર્થ છે. આ સંબંધી માથાઝીક કરવા લાગ્યા. એટલામાં તો એકાએક મારા નોકરના માથા ઉપર રોડું પડ્યું અને તેથી તે ભૂતે સાબિત કરી આપ્યું કે ખરો ભુવો નથી. તે ભૂત અમે જેમ કરવાનું કહેતા તેમ કરતું. તે મારી સાળીનું માથું ઉઘાડી નાંખતું તથા પાટીઆ ઉપર ગાતું ગાતું તાલ ઠોકતું, બારણાને જોસભેર પછાડતું, મારી સાળીને ચીમટા દેતું, ધોલો મારતું અને તેની આસપાસ રોડા વરસાવતું. શરૂઆતમાં તો તે ભૂત મારી સાળીના શરીરમાં આવતું અને સઘળી વાતચીત કરી જતું હતું; પરંતુ મારી સાળીનું શરીર કૃશ થઇ ગયું હતું. અને હાડકાં અને ચામડાંજ માત્ર રહ્યાં ત્યારે અમે તેને વીનંતિ કરી કે તેણે તેના શરીરમાં આવ્યા વિના તેની સાથે જે કંઇ સંબંધ રાખવો હોય તે રાખવો. જો તે તેમ કરશે નહીં તો તે સ્ત્રી મરી જશે. તે સમયથી તે જ્યારે જ્યારે અમારી માંગણીથી અગર તેની પોતાની મરજીથી આવતું ત્યારે ત્યારે તે સ્ત્રી ભર ઉંઘમાં પડી જતી એટલે તેના શરીર ઉપર થોડી અસર થતી.

તે ભૂતે મને કહ્યું કે આ જગતમાં છ લોક છે. ૧ સ્વર્ગલોક, ૨ તપલોક, ૩ ઇંદ્રલોક, ૪ પિતૃલોક, ૫ તમલોક તથા ૬ દસ્યુલોક. કર્મ પ્રમાણે ઉંચા નીચા લોકમાં જઇ શકતો નથી ત્યાં સુધી તેને વારંવાર પુનર્જન્મ લેવો પડે છે. પિતૃલોકનાં ચાર પગથીઆં છે, ઇંદ્રલોકનાં આઠ, તપલોકનાં બાર અને સ્વર્ગલોકનાં સોળ. અમારી વીનંતી ઉપરથી તે ભૂતે અમને કેટલીક વનસ્પતિનાં મૂળીઆં ને હાથના બાજુબંધના માદળીઆમાં રાખવાથી ઘણા રોગો અસરકારક રીતે મટી જાય છે, તે બતાવ્યું.

તે દવાઓનો તેણે બતાવ્યા પ્રમાણે ઉપયોગ કરવાનો છે. જ્યારે જ્યારે અમે તે ભૂતને વીનવતા ત્યારે ત્યારે તે પાસે આવતો અને મારી સાળીના શરીરમાં તે પેસતો અને તે મુર્છીત થઇ જતી. પહેલાં તેના હાથની મુઠીઓ વળી જતી અને પછી તે ઉઘડતી, ત્યારે તેની હથેળીમાં ઘણાં રંગનાં અને જુદા જુદા આકારનાં મુળીઓ દેખાતા. તે ભૂતે અમને ભવિષ્યમાં વાપરવાને કેટલીક ઔષધીઓ આપી છે અને તેને હાલમાં મારી સાળીનું શરીર પોતાના જુદા જુદા ભાગ ઉપર ધારણ કરે છે. જ્યારે પિતૃલોકના કોઇ
માણસને બોલાવવાની જરૂર જણાય ત્યારે તેમાંની એક ઔષધીને પાણીમાં બોળવી
પ્રક્ષ હાજર થાય. વળી, તે ભૂતે પોતાની ગેરહાજરીમાં બીજા ભૂત-
C. ભાઇની From ી. અને તે ભુત અમારી જરૂરીઆતો
Said her doctor: ને આપી હતી કે, મારી સાળીને તે ધારણ
'You are killing yours ે તેણે તે ઔષધીઓને ભોંય ઉપર મુકી
દિવસ તે પથારીમાં સુઇગઇ હતી ત્યારે

તેના હાથ લુગડાવડે એવી તો મજબુતાઇથી જકડી લીધા કે અમે પણ તે બંધ છોડી શક્યા નહીં. આખરે અમારી વિનંતિ ઉપરથી તેણે તેના હાથ છોડ્યા હતા.

એ વખત ચોરો અમારી ભીંતમાં બાકોરાં પાડતા હતા ત્યારે તે ભૂતે મારી સાળીદ્વારા તે વાત અમને તાકીદથી જણાવી હતી. એક વખત અમારે રેલ્વે મારફત કોઇક જગાએ જવાનું હતું ત્યારે માર્ગમાં અમને કોઇ પણ જાતનો ભય ન નડે તે સારૂં તે ભૂત અમારી પાછળ આવ્યું હતું અને ગાડીના બારણાએ આંગળી ઠોકીને તેની અમને ખાત્રી આપતું. મારી સાળી વારંવાર એક બેઠેલા માણસનો પડછાયો પોતાની પાસે જોતી હતી. તપાસ કરતાં જણાવ્યું કે તે પડછાયો તે મારા મરી ગયેલા ભાઇનો હતો.

એક દિવસ મારા છોકરાના પેટમાં દુખતું હતું ત્યારે તેનો ઉપાય કરવાને મેં ભૂતને કહ્યું. હું ઓઢીને સુતો અને મારા છોકરાના શરીરપર પાણીના છાંટા પડ્યા. તે ભૂતે અમને જણાવ્યું કે તે શાંતિજળ હતું. એક વખત મારી નાની છોકરી ગંભીર માંદગી ભોગવતી હતી ત્યારે તે ભુતે તેના કપાળ ઉપર એક કાળો ડાઘો કર્યો અને તે તદન સારી થઇ. એક દિવસ તે ભૂતે તુળસી અને પાણીથી ભરેલો એક લોટો અમારી પાસે આણ્યો અને કહ્યું કે આ યોગ્ય સાધનાનું પુજા કરેલું જળ છે. ગયા ૭ માસથી મારા ભાઇનું ભૂત મારી પાસે આવતું નથી કારણ કે તે અને બીજા ભૂતો યોગક્રિયા સાધવામાં રોકાયલાં છે.

મેં એ ભૂતોને પ્રશ્ન કર્યો કે ભૂતને ન માનનારાઓને હાલના નાસ્તિકોની માટે શી રીતે ખાત્રી કરી આપવી. તેણે મને કહ્યું કે એવા નાસ્તિકોને તમારે તમારી સાળી પાસે આણવા પછી તેના શરીર ઉપર કંઇ પણ વહેન પડતું રહેવા દેવું નહીં અને નાસ્તિકોને, તેની ઝડતી લેવા દેવી. પછી જુઓ કે તેમના ઉપર હું રોડાં ફેંકું છુ કે નહીં તથા બારણાં ઠોકું છું કે નહીં.

(સુપાજી વિજય.)

હવામાં અધર એક છોકરાને ઉભો રાખનાર એક હીંદી જાદુગર.

ઇંગ્લંડના છેલ્લા મેલ જોડે મળેલા "લાઇટ" પત્રમાં મી૦ એચ૦ વીલ્કીનસન નામના એક અંગ્રેજે હીંદમાં પોતે એક હીંદી જાદુગરના જોએલા હેરત ઉપજાવનારા ખેલનો અહેવાલ પ્રકટ કરાવ્યો છે. આ અહેવાલ ઘણો જાણવા જોગ હોવાથી અમો તે નીચે પ્રગટ કરીએ છીએ:-

મી૦ વીલકીનસન જણાવે છે કે [illegible] નાતાલનાં તેહવારો અગાઉ ગોરખપુર ખાતે ત્યાંના કમીશ્નરની બાનુ મીસીસ પેત્રીજ [illegible]ની ગારડન પારટીમાં ભાગ લેવાને ગયો હતો. આ પારટીમાં ત્યાંના સઘળા આગે[illegible]ને નોતરવામાં આવ્યા હતા અને તેઓ આગળ એક હીંદી જાદુગરે હાથચાલાક[illegible] મેસમેરીઝમ (નજરબંધીના) કેટલાક અજાયબ પમાડનારા ખેલો કરી બતાવ્યા હતા. આ જાદુગરનો ખેલ દેખાડવાને માટે મીસીસ પેત્રીજના બગીચામાં એક મોટો શામીઆનો ઉભો કરવામાં આવ્યો હતો અને તે જોનારાઓથી ખીચોખીચ ભરાઇ ગયો હતો. આ જાદુગર એક હીંદુ હતો અને તેણે આલપાકાનો

ડગલો, ઘોડેસ્વારીનું પાટલુન અને બુટ પેહેરેલાં હતાં. ખેલ કરવાના તખ્તામાં કશાં ઓજારો હતાં નહીં પણ એક લાકડાનો દાબડો હતો. આ ખેલની શરૂઆત કરતાં પેલા જાદુગરે એક નાની વયના છોકરાને તખતા ઉપર આણ્યો અને તેને માત્ર થોડી મીનીટમાં મેસ-મેરાઇઝ કરી નાંખી બેભાન બનાવ્યો. પેલો છોકરો બેભાન થતાંજ આ જાદુગરે તેના પગોને પલાંઠીના રૂપમાં વાળી નાખી તેને બેસતો કર્યો આવી હાલતમાં આ છોકરાને લોકોને દેખાડવામાં આવ્યા પછી પડદો નાંખવામાં આવ્યો હતો અને થોડી મીનીટે તે પાછો ખોલતાં તે છોકરો જેવી ને તેવીજ હાલતમાં જમીનથી આસરે આઠ ફીટની ઉંચાઇએ એક સ્ટુલ ઉપર બેઠેલો જણાયો. આ સ્ટુલ ત્રણ લાકડાંના ટેકાવાળું હતું અને તે આશરે આઠ દશ ઇંચ લાંબુ હતું. જાદુગર એ પછી તેની આગળ ગયો હતો અને કાંઇક મંતર ભણ્યા પછી જે ત્રણ લાકડીના ટેકા ઉપર પેલું સ્ટુલ હતું તેની એક લાકડી કાઢી નાંખી અને પછી એવીજ રીતે બીજી લાકડી કાઢી નાંખી. માત્ર જે લાકડી ઉપર તેની હથેલી ટેકાવવામાં આવી હતી તેજ રહેવા દેવામાં આવી! પણ તે પણ છેવટે કાઢી નાંખી તેને જમીન ઉપર હવામાં અધર ઉભો રાખ્યો. આ છોકરો કશા ટેકાવ ઉપર બેઠો નહી હતો તે દેખાડવાને પેલા જાદુગરે તેનાં શરીરની નીચે તેમજ ઉપર લાકડીઓ ફેરવી હતી. અમો સરવેએ તે છોકરાને એવી હાલતમાં તપાસ્યો હતો પણ અમોને તેને અડકવા દે-વામાં આવ્યો ન હતો. તે ખરેખર હવામાં અધર લટકતો હતો કે કેમ તે જોવાને હું તેનાં શરીરની નીચેથી પસાર થઇ ગયો હતો અને મારી ખાત્રી થઇ હતી કે ઉપર તેમજ નીચે તેને ટેકો આપવા માટે કશુંએ હતું નહીં. તે છોકરો જીવતો હોય એમ દમ લેતો હતો પણ બોલતો નહતો. આ ખેલ પુરો થતા પેલો છોકરો ઘણીવારે હોશમાં આવ્યો હતો અને કેટલાક વખત તે ઘણો સુસ્ત થઇ ગયેલો જણાયો હતો.

रक्त अने श्वेत गुंजा—चणोठी कल्प.

(લેખક-તંત્રી.)

આપણા આર્ય શાસ્ત્રકાર અને રૂષિ મુનિયોએ ઔષધિના ઘણા કલ્પ લખી મૂકેલા છે. અને તેમાં ચમત્કારિક વર્ણન કરેલાં છે. આવા કલ્પમાં લખ્યા પ્રમાણે યથાશાસ્ત્ર ઔષધિ લોકો લાવતા નથી, કિંવા જે પવિત્રતા તેમાં રાખવાની બતાવી હોય તેવી રાખી શકતા નથી, તેથી તેના ગુણમાં ફેર પડે છે, આ કારણથી લોકોની શ્રદ્ધા આવા કલ્પ ઉપરથી કમી થવા લાગી છે. બીજું આવા કલ્પ કેટલાક લોકો પાસે લખેલા હોય છે. તે લોકો બીજાને તે બતાવતા નથી, એવા કારણથી કે રખેને કોઇ તે શીખી જાય ને તેનો ઉપયોગ કરી ફાયદો મેળવી લે. આવાં અજ્ઞાનને લીધે આગળના મહાત્માઓના લખી મૂકેલા કલ્પોનો નાશ થવા લાગ્યો છે, અને તેના સત્યાસત્યનો નિર્ણય શોધકોને કરવાનું કામ દુર્ઘટ થઇ પડ્યું છે. જે વાતોને આપણે પશ્ચિમના પવનને લીધે વહેમ ભરેલી અને ખોટી માનતા હતા તેવી બાબતો પણ હાલના યુરોપ અમેરિકાના સમર્થ વિદ્વાનો પણ હવે કબુલ કરવા લાગ્યા છે, તો આપણે પણ તેવી વાતોનો પ્રયોગ સિદ્ધ અનુભવ કર્યા સિવાય તેમને ખોટી માનવી એ યોગ્ય ગણાય નહિ. નીચે લખેલા "ગુંજા કલ્પ" માટે સુજ્ઞ વાંચકો

વિધિપૂર્વક અનુભવ કરી જોશે તો તેમાંથી થતા ફાયદાનો અનુભવ જરૂર જણાશે એમ અમારૂં માનવું છે—(લેખકને આ ગુંજા કલ્પ નો અનુભવ કરવા તક મળી નથી)

ગુંજાકિ ગતિ કહત હુ કૌતિક ચરિત્ર અપાર,
ગિરજાસુ શિવ યુ કહ્યો, મગ કલ્પનકો સાર. ૧
મારન તારન બશિકરન, જગમોહન અરૂ સ્તંભ,
ઉચ્ચાટન સીદીકરન, બચનસિદ્ધ દલ દંભ ૨
ભૂત પ્રેત અરૂ ડાકિની, યક્ષ બીર બૈતાલ,
ગુંજાકરડ પિશાચ પુનિ, કૌતિક માયાજાલ ૩
બહુ ચરિત્ર અગણિત કહ્યો, સકલ સિદ્ધિકી ખાન,
જો ચાહે સોહિ કરે, સાધનકે બરદાન ૪
કૃષ્ણાનંદ યે ગુહ્ય ગતિ, ગુપ્ત ભેદ ગુરૂજ્ઞાન,
યા સત ગુરૂમે ભેદ લીખી, સાધે સત સુજાન ૫

અબ યાકો સાધન કરે, યથા યોગ્ય ઉપદેશ,
જો સાધે સો સિદ્ધ હૈ, કસર નહિ લવલેશ ૬
પુષ્ય[1] હોય આદિત્યકુ, જબ લીજે યહિ મૂળ,
કે શુક્રવારકુ રોહિણી[2], ગ્રહણ હોય અનુકૂળ, ૭
કે કૃષ્ણ પક્ષકી અષ્ટમી, હસ્ત[3] નક્ષત્ર જો હોય,
કે ચૌદશ કે પૂર્ણિમા, સ્વાતિ[4] શતભિષા[5] જોય ૮
અર્ધ નિશાકુ જાય કેં, મનકી શંકા ખોઇ,
ધૂપ દીપ દિલાઇએ, ધરે દૂધમે ધોઇ ૯
જો કોઉ નર નારિકો, બિશધર કાટયો હોય,
વિષ ઉતરે સબ તુરતહિ, જડી પીલાવે ઘોઈ ૧૦
ઘસી લગાવે મુહસો, સભા મધ્ય નર જાય,
માન મોલે સ્તુતી મોલે, સબહિ પૂજે પાય ૧૧
'હાજી' હાજી' સબ કરે, વહ કહે સો સબ સાચ,
એક જડીકી જુગતિ સુ, સબહિ નચાવે નાચ ૧૨
તાબે મેંહ મઢાઇકે, બાંધે કટીસુ કોઇ,
નવ માસમે નારિકો, નિશ્ચે બેટા હોઇ. ૧૩
રૂતુવતી કે રક્તસુ, અજન આંજે કોઈ,
દેખત ભાગે સૈન્ય સબ, મહા બયાનક હોય ૧૪
કાજળસુ ઘસી આંજીયે, મોહે સબ સંસાર,
મારી દે દે તાડીયે, તઉ લાગી રહે લાર ૧૫
મધુસુ અંજન આંજીયે, દેખે બીર બૈતાલ
જો મંગાવે વસ્તુ કછુ સો લે આવે હાલ ૧૬

૧. પુષ્ય નામનું નક્ષત્ર, ૨–૩–૪–૫ જુદા જુદા નક્ષત્રોનાં નામ

જો ઘસીકે લેપન કરે, દૂધ સંગ સબ અંગ;
ભૂત પ્રેત સબ યક્ષગણ, લગે ફિરે સબ સંગ. ૧૭
ઘસિકે રૂઇ મિલાઇકે, બત્તી કરે બનાઇ;
ફેર ભિજેવે તેલમેં, દીપક દેઇ જલાઇ. ૧૮
હોય અચંબા સબનકું, મૃતક સૈન્ય દરસાઇ;
ધન મિલે સ્તુતિ કરે, સબહિ પૂજે પાઇ. ૧૯
અજા મૂત્રમેં રગડી કે, જો લેપે દો હાથ;
કરે દૂરકિ બાત સબ, રહે યક્ષિણિ સાથ. ૨૦
બીલપત્રકે અર્કસુ, ઘસિકે કલમ બનાય;
ભૂત પ્રેત અરૂ હાકિની, દેખત દૂર પલાય. ૨૧
જો ઘડી ઘસિ ગુલાબસું, નાભિ લેપ કરાઇ;
તો શરીર ઘડી ચારમેં, જાગે સહજ ઉપાય. ૨૨

ફિર અંકુલ કે તેલમેં, જો ઘસિ આંજે કોઇ;
ધન દરશે પાતાલમેં, દિવ્યદૃષ્ટિ તો હોઇ. ૨૩
જો વાઘનકે ઘિરતમેં, ઘસિ ચુપરે સબ દેહ;
તીર તુપક લાગે નહિ, જો બરસે બહુ મેહ. ૨૪
ઘસિકે તિલકે તેલમેં, મર્દન કરે શરીર;
દેખે સબ સંસારકું, મહા બીર રણધીર. ૨૫
જો અલસીકે તેલસું, ઘસીએ સહદ[1] મિલાઇ.
તે અગે લેપન કરે, કંચન તનુ હો જાઇ, ૨૬
જો મરઘીકે બીટ[2] સું, અંધા આંજે કોઇ;
સાત દિવસ ભર આંજીયે, દૃષ્ટ ચોગુની હોઇ. ૨૭

જો કસ્તુરીસું આંજીયે, પ્રાતઃ સમે મિલાઇ;
મૃત્યુ લખે યહ સબનકી, કાલ પુરૂષ દરસાઇ. ૨૮
ગંધક સંગ મિલાય કે, વીસ નખ પેં જો લગાય;
જો નર હોય કુમારગી, દેખત વશ હો જાય. ૨૯
ગંગાજલ સું આંજીયે, દોનુ નેત્ર કે માહ્ય;
બરખા બરસે કુલકી, યામે સંશય નાહિ. ૩૦
રક્ત ગુંજકી ગતિ કહી, કછુ સૂક્ષ્મ દરસાઇ;
જો સાધે તો સિદ્ધ હૈ, સાધકકું સુખદાઇ. ૩૧
કૃષ્ણાનંદ અબ કહત હૈ, શ્વેતગુંજકી રીત;
જાકે સાધન કારહિ, બઢે હરિસું પ્રીત. ૩૨
દીપદાનકિ રાતકુ, અભિજીત પુષ્ય નક્ષત્ર;
પૂજા કરીકે લીજીયે, મૂલ-ફુલ-ફલ-પત્ર. ૩૩

૧. મહદ એટલે મધ. ૨. હગાર.

ધીકા દીપક જો કરે, સહસ્ત્ર મંત્ર કરી જાપ,
રાત જગાવે બેઠી કે, તજી કે મનસા પાપ ૩૪

अथ बूटी ग्रहन करनेका मंत्र. जप हजार करके बुटी लेना
ॐ ह्रीम् चज्र करिणे अमृतं कुरु कुरु स्वाहा.

પઢી મંત્રસુ લીજીએ, ઓષધી રાત્રી જગાય,
પ્રાત હોય જબ ધુપદે, ધરીએ છાહ સુકાઇ. ૩૫
સહસ્ત્ર સાધકો ભોજ્ય દે, ફિરસે કરે ઉપાય,
પીસ કપડ છીન કીજીએ, સમકર વિરત મિલાય ૩૬
સાત દિવસ ધરી રાખીએ, શીકે પર મેા ટોકી,
સહસ્ત્ર જાપ નિત કીજીએ, મુહ પર ચાદર નાખી ૩૭
અષ્ટગધકી ધુણદિ, ધતકા દિયા જનાઇ;
સાત દિવસ ભર પુજીએ, યથા જોગ ચિત લાઇ ૩૮
ફિર યાકો ભક્ષણ કરે, સાકર સગ મિલાય,
દૂધ ભાત ભોજન કરે, બૈઠે પવન બચાય. ૩૯
એક ભાગ ઓષધ કરે, એક એક નિત લેહ;
નિદ્રા જીતીકે જપ કરે, સાધે નહી સદેહ ૪૦

अथ नित्य जप करनेका मंत्र.

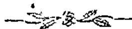
ॐ नमो भगवते रुद्राय ॥ वज्रकायकंधी धवायकं बुधपुरे कुरु करु स्वाहा. नित्य मथम जप करना पीछे ओषधखाना ॐ नमो माहा माया वज्र रक्ष स्वाहा ॥एकवीस वेर या मंत्रसु जपीके ओषद खाना.

સહસ્ત્ર જાપ ફિર માત્ર કે, કરે ચિત્ત ઠહરાઇ,
એકીસ દિન યા જુગત મે, જરા મરણ મિટ જાઇ, ૪૧
ભજન કરે લે લાઇકે, આઠુ પહર અખંડ,
વ્યાધિમિટે સબ દેહકી, અમર હોય યહપિંડ ૪૨
મન મનસુગા મેટિકે, રાખે ચિત ઠહરાઇ,
નિદ્રાજીતે જુગતસુ, શીમે દેહ બનાઇ. ૪૩
જબ લગ સાધે કલ્પકુ, તબ લગ સોવે નાહી,
જુઠ કબહી બોલે નહિ, સત્ય સુન્ય મન માહી ૪૪
[1]બીરજકો ચોકસ કરે, કબહુ બહ નહિ જાય;
આઠ પહેર ચોકસ રહે, જીતે સુરત સંભાય. ૪૫
નારીકો દેખે નહિ, રાખે દષ્ટિ દુરાઇ,
હોવે સિદ્ધ શિરોમણી, જો યહ કરે કમાઇ. ૪૬

1 બીરજ એટલે વીર્ય.

સુર નર મુનિ યહ જગતમે, કોઇ ન પાવે અંત;
કપિલદેવકે તુલ્ય હૈ, જો યહ સાધે સંત.
યથા જોગ યહ કહ દઇ, સબ સાધનકી રીત;
સિદ્ધ હોય સંશય નહિ, જો મન રાખે જીત.
કૃષ્ણાનંદ યા કલ્પકી, મહીમા અગમ અપાર;
શિવશંકર ઐસી કહી, સાધન સબમેં સાર.
શિવ જોગી યહ કહત હૈ, સભી કલ્પ શિરતાજ;
કૃષ્ણાનંદ સાધન કરે, હોય સિદ્ધ *સબ કાજ.

(આ કલ્પ જુના પુરાણા પુસ્તકમાં લખેલો તેમાં તંત્રીયે પોતાની તરફથી શુદ્ધા શુદ્ધ જેટલો ન જોતાં જરૂર પુરતો જેવો ને તેવો લખ્યો છે.)



वैदकीय गुणवाचक इंग्रेजी पर्याय माला.

(લેખકઃ—રા. રા. ભોળાનાથ ત્રીકમલાલ કંથારીયાકર.)

—:o:—

શેળા વૃત જેવી ચાલ.

પ્રવેશ પહેલો કરું દવા ઇન્ગ્રેજી જોવા,
કયા ઔષધના ગુણ કયાં દરદોને ખોવા;
ઔષધ ગુણનાં નામ ઇન્ગ્લીશ કેવાં કહાવે,
ગુંચવણ ઘણી પડે બોલતાં તે ના ફાવે. ૧
પ્રથમ સંજ્ઞા ગણી પછી દવાને જોશું,
અકલ અધિકી ધરિ રોગ દરદીના ખોશું;
ઉલટીને જે કરે "ઇમેટીક" તેને કહીએ,
"ઇરીટંટ" અકસીર બળ્યા તેથી તો થઇએ. ૨
એક "એકબોલીક" ગર્ભ-સ્થાન સંકોચ કરે છે,
"એક્સપેક્ટોરંટ" જેહ કફને બહાર ધરે છે;
"અનીસ્થેટીક" એક ભાગ વેદનાનો હારી,
બેશુદ્ધ બીજો ભાગ સદા તેનો સહકારી. ૩
"એનોડાઇન" નામ વેદના તેહ હરે છે,
તંતુ વેદના હરે "એન્ટીન્યુરેલ્જીક" જે છે;
"એન્ટીપાયરેટીક" નામ જ્વર ગર્મિ ઉતારે,
"એન્ટીપીરીએાડીક" ભલાં તાવ આંતરીયા વારે. ૪
કરો કામને શાન્ત, "એનએફ્રોડીઝીએક" આપી,
"એન્ટીફ્લોજીસ્ટીક" વડે સોઇ સોજાને કાપી;
કરે ખટાશને દૂર, "એન્ટીએસીડ" તે કહાવે,

જંતુ હણવા કાજ "ઍન્ટીસૅપ્ટીક" ગુણ આવે. ૫
"ઍન્ટીસ્પૅઝ્મૉડીક" નામ આકડી શાન્ત કરે છે,
"ઍન્થેલ્મીન્ટીક" જેહ કૃમિનો નાશ કરે છે,
નામર્દાઈ થાય મર્દ એહ "ઍફ્રોડીઝીએક",
અટકાવ નિયમિત થાય "ઇમેનેગૉગ ને તાકે. ૬
દવાઓ ખુશબોદાર "ઍરામેટીક" તે કહે છે,
"એસ્કેરોટીક" ભણુ હામ પાડી તે દે છે,
આહી ગુણ કહેવાય પર લોહી ને રમના,
ચૂસે જેહ વિકાર "ઍસ્ટ્રીન્જન્ટ" કે છે રસના. ૭
કાપે ગરમી વળી લોહીને શુધ કરે છે,
એ ઓષધ અભિધાન "ઑલ્ટરેટીવ" ધરે છે,
"કાર્ડિઍક ટૉનીક" જેહ હૃદયને શક્તિ આપે,
કહે "કાર્મિનેટીવ" વાયુ ને બાદી કાપે. ૮
"કૉસ્ટીક" પાડે હામ ચામડી બાળી મૂકે,
"કૅથાર્ટિક" રેચક, કરે જૂનાબ ન ચૂકે,
કરી પીત્તને શુદ્ધ, વૃદ્ધિ "કૉલેગૉગ" કરે છે,
"જરમી સાઇડ" જીવ, ભમદર તણા મરે છે. ૯
લોહી વિષે હોય જીવ, અંત તેનો તે લાવે,
પૌષ્ટિક ઑષધ હોય, નામ "ટૉનીક" તે કહાવે,
"ડાયફોરેટીક" નામ, પસીનો તો તે લાવે,
ઇંદ્રિ જુલાબે કામ, "ડ્યુરેટીક" ગુણ આવે. ૧૦
"ડીઓડોરાઇઝર" સુગંધ, દુર્ગંધને દે છે,
નાડીને પાડે નરમ, "ડીપ્રેસન્ટ" તેને કહે છે;
અંતઃકર્ણનો વેગ, શ્વાસ ગતિ ધીમી કરે છે,
કરવા ધાતું પુષ્ટ, ચીકાશ "ડીમલસંટ" ધરે છે. ૧૧
"ડીસ-ઇન્ફેક્ટન્ટ" નામ, હવા જેથી શુદ્ધ થાયે,
ફેલાતા ચેપી રોગ, બંધ કરવા વપરાયે;
"નરવાઇન ટૉનીક" જેહ, તંતુને પુષ્ટિ આપે,
"નારકૉટીક" લેવાય, ઘાટ નિદ્રાને આપે. ૧૨
"ન્યુટ્રીટીવ" લેવાય, પોષિને સશક્ત કરે છે,
"પરગેટીવ" રેચક, મળને સાફ કરે છે;
જ્વરહારી જે હોય, "ફેબ્રીફ્યુજ" તેને કહીયે,
કરવા લોહી શુદ્ધ "બ્લડ પ્યુરીફાયર" દઇયે, ૧૩
કરવા કીકી સંકોચ, "માયોટીક" કામે આવે,
કીકી વિસ્તૃત કરે, "મીડ્રીઍટીક" તેમાં આવે;
કરે ચામડી લાલ, "રૂબીફેસ્યંટ" તે જાણો,

થંડક કરવા કાજ, "રેફ્રીજરંટ" કામે આણો. ૧૪
"લૅકસેટીવ" લેવાય, દસ્તને સાફ કરે છે,
"વરમીફ્યુજ" ઉપાય, કૃમિ તેથીજ મરે છે;
"વેસીકન્ટ" કહેવાય, ત્વચાપર ફોલ્લો પાડે,
લોહી વેગને નરમ, "ડીપ્રેસન્ટ-વૅસ્કયુલર" દેખાડે. ૧૫
વળી "સીડેટીવ-વૅસ્કયુલર", લોહી ગતિ નરમ કરે છે,
લાળ વધારવા કાજ, "સાયલૅગૉગ" હરે છે;
પસીનો કરવા કાજ, "સુડોરીફીક" કામે આવે,
"સોપોરીફીક" લેવાય, નિશા નિદ્રા તે લાવે. ૧૬
ગરમી પેદા કરે, "સ્ટીમ્યુલંટ" દવા લેવાએ,
"સ્ટોમેકીકટૉનીક", જઠરા પ્રદિપ્ત થાયે;
કરવા લોહી શુદ્ધ, "હિમૅટાઇનીકસ" જ લેવાં,
દૂર કરવા રક્ત વિકાર, "હિમોસ્ટૅટીક" તે દેવાં. ૧૭
ઔષધ ગુણ સંજ્ઞાય, ટુંકમાં એહ ગણાવી,
કરવા મુખપર પાઠ, કવિતા આજ બનાવી;
ઇંગ્લીશ દવા અભિધાન, ગુર્જરી ભાષા સાથે,
યાદ રાખવા કાજ, ગણી છે ભોળાનાથે. ૧૮



"क्रोमोपथी" अटले वर्णोपचार विद्या

અથવા

रंगथी रोग मटाडवानी नवीन विद्या.

(લેખકઃ—ડૉકટર મહાદેવપ્રસાદ ઇ. એમ. ઇ., એડ. ડી.)

પ્રકરણ ૨ જુ—સૂર્ય અને સૂર્ય પ્રકાશ.

" नम सूर्याय शांताय सर्व रोग विनाशिने ।
ममेप्सितं फलं दत्वा प्रसीद परमेश्वर ॥

* * * *

आयुरा रोग्य मैश्वर्य देही देव नमोस्तुते ।

શ્રી આદિત્ય હૃદય.

"Savitri! effulgent, bright!
Who fosters every pious rite;
Savitri! whose ruddy rays"
Invite our holy hymns and lays,
With humble hearts we cantemplate his rays,

And faintly see our God in his bright face!"

–Rig Veda, III 62

× × × × × × × × × × × ×

"For like a God thou art, and on thy way Of glory ıoddest, with benignant ray, Beauty and life, and joyance from bove."

–Southey

છેક જગતની ઉત્પત્તિ સમયથી શરૂ કરી પ્રાચીન ભૂતકાળની સર્વે જગપ્રસિદ્ધ કેળ-વાયલી પ્રજાઓ અને વર્તમાન કાળના લોકો પણ સૂર્યને ઈશ્વરનું સાક્ષાત્ પ્રગટ સ્વરૂપ ણી પૂજતા આવ્યા છે હિંદુસ્તાન, ઈજીપ્ત કે મિસર દેશ ગ્રીસ અથવા યુનાનનદેશ રોમ, ર્મની, ઈરાન, પેરૂ વિગેરે સર્વ દેશોના પુરાણા વખતમા લખાયલા શાસ્ત્રો ગ્રંથો અવ-ાક્તાં સર્વમા સૂર્યની દેવ તરિકે સ્તુતી કરેલી જોવામા આવે છે વર્તમાનકાળનું ખગોળ ાસ્ત્ર અથવા "એસ્ટ્રોનોમી"ની પણ એજ વાત સાબિત કરે છે કે આ સૂર્યમંડળ માંહેના ાહસ્પતિ, મંગળ, શનિ વિગેરે ગ્રહ ઉપગ્રહો અને તેજ પ્રમાણે આપણી પૃથ્વિ અને તે ાપરના સર્વ પદાર્થો મૂળ સૂર્યમાંથી ઉત્પન્ન થયા છે, એટલુંજ નહિ પણ વાતાવરણ ઋતુઓ, ાત્રિદિવસ, અને ભરતીઓટના ફેરફારો પણ સૂર્યના પ્રભાવ વડેજ થવા પામે છે. સૂર્યના અતુલ બળ વડેજ મોટા મોટા ગ્રહો આકાશમાં અદ્ધર રહીને સૂર્યની આસપાસ અતિ ોગથી ભ્રમણ કરી શકે છે સૂર્યના અતુલ બળ વિષે કેટલીક વાતો બે વર્ષ ઉપર મેં ોતેજ શ્રી ધન્વંતરીમા જૂદે જૂદે સ્થળે લખી હતી તેમાથી ઉપયોગી ભાગ ફરી અત્ર ઉતારવાની જરૂર ધારૂં છું.

આપણી પૃથ્વિનું વજન ૧૫,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦ ટન છે અને દરેક ટનનો ભાર છપ્પન મણ લગભગ હોય છે તેમ છતા સૂર્ય સાથે સરખાવતાં આપણી પૃથ્વિ માત્ર એક અણુ જેટલી નાની લાગે છે. કારણ કે આપણી પૃથ્વિ કરતાં સૂર્ય ૧૨૫૩૦૦૦ ગણો મોટો છે. વળી બીજુ જાણવા જેવુ એ છે કે એક પદાર્થ જેને પૃથ્વિ ઉપર જોખી જોતા તેનું વજન જો એક શેર થતું હોય તો તેજ પદાર્થને સૂર્ય ઉપર કદી જોખવામા આવે તો તેજ પદાર્થનું વજન ત્યાં સત્તાવીસ શેર થયેલુ જણાય છે. સાધારણ માણસને એકજ પદાર્થનું વજન સૂર્યપર સત્તાવીસગણું વધી જવાનું કારણ સમજાશે નહિ. પરંતુ પદાર્થ–વિજ્ઞાન–શાસ્ત્રના અભ્યાસીઓ તો જાણે છે કે અમુક પદાર્થનું વજન એ બીજું કાંઇજ નહિ પણ જેટલા બળથી તે પદાર્થ પૃથ્વિના મધ્યબિંદુ તરફ આકર્ષાતો હોય છે તેનુંજ પ્રમાણ માત્ર છે. હવે પૃથ્વિની સપાટી ઉપર પદાર્થોને જેટલુ આકર્ષણ લાગે છે તેના કરતાં સૂર્યની સપાટીપર તેજ પદાર્થોને સત્તાવીસગણું ખેંચાણ લાગતું હોવું જોઇયે એમ ધણી ગીને ગણત્રી કરી જોતાં મોટા મોટા ખગોળ વેત્તાઓને માલુમ પડ્યું છે સૂર્યનો વ્યાસ અથવા "ડાયામીટર" કેટલો છે તેની ગણત્રી કરવા માટે પ્રથમ તો પૃથ્વિથી સૂર્ય કેટલો દૂર છે તે જાણવાની જરૂર પડે છે અને આપણી વચ્ચે કેટલું અંતર છે તે વિષે વિદ્વાનોમા થોડો મત ભેદ છે

વિદ્વાનો કહે છે કે સૂર્ય પૃથ્વિથી ૯૨૮૮૦૦૦૦ મૈલ દૂર છે; ત્યારે બીજા કેટલાકો જણાવે છે કે તે ૯૧૦૦૦૦૦૦ મૈલને અંતરે હોવો જોઇયે. હવે જો પહેલી ગણત્રી ખરી લેઇયે તો સૂર્યનો વ્યાસ અથવા ડાયામીટર ૮૬૬૦૦૦ મેલ થાય છે. અને બીજી ગણત્રી પ્રમાણે હિસાબ કરતાં સૂર્યનો વ્યાસ ૮૫૦૪૫૭ મૈલ આવે છે. આપણી પૃથ્વિની આસપાસ મિત્રની પેઠે આનંદમાં હમેશ ફર્યાં કરતો ચંદ્ર આપણાથી ૨૩૮૦૦૦ (બે લાખ આડત્રીસ હજાર) મૈલને અંતરે રહીને ફર્યાં કરે છે. અને તોપણ સૂર્ય એટલો તો મ્હોટો છે કે જો પૃથ્વિને સૂર્યના મધ્ય બિંદુએ મૂકવામાં આવે તો ત્યાં પણ ચંદ્ર પૃથ્વિની આસપાસ હાલની માફક ૨૩૮૦૦૦ મૈલને અંતરે ફર્યાં કરે, એટલુંજ નહિ પણ સૂર્યની બહારની સપાટી અથવા પરિધ અને ચંદ્ર વચ્ચે ૨૦૦૦૦૦ (બે લાખ) મૈલની મોકળાશ રહે. આપણી પૃથ્વિ આકાશમાં દર સેકન્ડે ઓગણીસ મૈલ અથવા દર કલાકે ૬૮૪૦૦ (અડસઠ હજાર ને ચારસે) મૈલની ઝડપથી સૂર્યની આસપાસ ફરી રહી છે. હવે પાંચ શેર વજનના એક ગોળાને તેટલીજ ઝડપથી દારૂ ભરેલી તોપ વડે હવામાં ઉરાડવા માટે બે ટન એટલે ગોળાના વજન કરતાં ૮૦૦ ગણો વધારે દારૂ જોઇયે છીયે. આ ઉપરથી, હાલમાં પૃથ્વિ જેટલી ઝડપથી ફરે છે તેટલી ઝડપથી તેને ચલાવવાનું બળ જો દારૂ ગોળો ફોડી ઉપજાવવું હોય તો ઓછામાં ઓછો ૬૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦. ટન દારૂ જોઇયે. પૃથ્વિના વજનને ૮૦૦ એ ગુણતાં તો અત્ર આપેલી સંખ્યા કરતાં પણ વધારે જવાબ આવે. પરંતુ જ્યારે તોપના ગોળાને તો વાતાવરણનો પ્રતિબંધ નડે છે, ત્યારે પૃથ્વિ તો પોતાના વાતાવરણને સાથે લેઇનેજ ભ્રમણ કરે છે તેથી તેને હવાનો પ્રતિબંધ નડતો નથી અને તેથી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે ઓછું બળ વાપરવું પડે છે. તોપણ જો હાલ પૃથ્વિ જેટલા વેગથી ફરે છે તેટલો વેગ તેને દારૂગોળો ફોડીને આપવો હોય તો છગડા ઉપર વીસ મીંડાં ચઢાવીએ એટલા બધા ટન દારૂ હમેશાં ફોડયા કરવો પડે. હવે આ ઉપરથી પૃથ્વિ કરતાં ઘણાજ મોટા ગુરૂ અને શનિ વિગેરે નામના બીજા ગ્રહોને પણ પોતાની આસપાસ ફેરવતાં સૂર્યમાંથી કેટલા બધા બળનો હમેશાં ઉપયોગ થયા કરતો હશે તેની તો કલ્પના સરખી પણ કોઇથી થઇ શકે તેમ નથી. એક પ્રખ્યાત વિદ્વાનનો એવો મત છે કે સૂર્યમાંથી આખી સૃષ્ટિમાં તેનાં કિરણો મારફત જે અત્યંત અપાર સામર્થ્ય સતત્ વહ્યા કરે છે તેમાંથી આપણી પૃથ્વિને તો માત્ર ૨૦૩૦૬૫૦૦૦૦ મો ભાગજ મળે છે. અને છતાં આટલો નાનો અપૂર્ણાંક જે બેહદ શક્તિ સૂચવે છે તેની સંખ્યા કેટલી મોટી છે તે આપણે આગળ જોઇ ગયા છીયે. સૂર્યનું વજન ૨૦૦૦,૦૦૦,૦૦૦,૦૦૦,૦૦૦,૦૦૦,૦૦૦,૦૦૦,૦૦૦. ટન છે એમ વિદ્વાન ખગોળવેત્તા પ્રૉફેસર યંગનો મત છે.

સૂર્યમાં આટલું બધું અગાધ બળ ક્યાંથી આવતું હશે તે વાત સમજાવવા માટે જડવાદી વિદ્વાનો બહુ મથે છે, અને કાંઇ કાંઇ વિચિત્ર તર્કો કર્યા કરે છે. તેજ પ્રમાણે સૂર્યમાંથી હમેશાં અગણિત બળ વહી જતું હોવાથી આખરે સૂર્ય છેકજ બળ વગરનો થઇ જશે, જગતને પ્રકાશ તથા ગરમી અને જીવન બળ આપવાને કેવળ અશક્ત બની નાશ ક્યારે પામશે તેનો હિસાબ કાઢવા પણ તેઓ મથે છે. સૂર્યને નિર્જીવ ધગધગતો ગોળોજ કલ્પવામાં આવા જડવાદીઓ કેટલી ભૂલ કરે છે તે વિષે ટીકા કરતાં જાણીતા

થીઓસૉફીસ્ટ લેખક મી. લેડબીટર પોતાના Sun as a Center of Viality અર્થાત્ " પ્રાણશક્તિદાતા સૂર્ય " નામના એક લેખમા લખે છે કે —

" આધુનિક ખગોળ શાસ્ત્રીઓની માન્યતા એવી છે કે તે દિન પ્રતિદિન સંકોચાતો જાય છે, તેન લીધે આટલી ઉષ્ણતા પ્રકટ થાય છે, અને તે અનુમાનને અનુસરી તેઓ એવી પણ ગણતરી કરવા લાગ્યા છે કે એ સૂર્યના અસ્તિત્વનો કેટલો કાળ વ્યતીત થયો અને કેટલો શેષ રહ્યો છે ભૂતકાળના તેમજ ભવિષ્યકાળના વર્ષાની સંખ્યા તેમની ગણત્રી પ્રમાણે થોડા થોડા લાખ વર્ષાની થાય છે, બીજી બાજુથી ભુસ્તરવેત્તાઓ એમ ગણતરી કરવા લાગ્યા છે એમ અનુમાન થાય છે, થોડા સમય ઉપર " રેડીયમ " નામની એક વસ્તુની શોધ કરવામા આવી છે તેના લક્ષણ ઉપરથી એવુ સિદ્ધ થયુ છે કે પ્રથમના અનુમાન ટકી શકે તેવા નથી, પરતુ એટલુ છતા તેઓ સૂર્ય સબધિ વાસ્તવિક હકીકત શુ છે તેનો સરળ ખુલાસો કરવા સમર્થ થયા નથી

" મનુષ્ય શરીરની અદર કે ઉપર રહેતો કોઇ બુદ્ધિમાન જતુ કે " માઇક્રોબ ' મનુષ્ય શરીરની ગરમી વિષે જેવા તર્ક કરે તેવાજ પ્રકારનુ વર્તન આ જડવાદીઓ સૂર્યની ગરમી વિષે તર્ક કરતા ચલાવે છે મનુષ્ય શરીરપર બેઠેલો એક જતુ પોતે એવુ અનુમાન કરે કે આ શરીરમાંથી આસપાસની હવામા ગરમી સતત જતી રહેતી હોવાથી તે ક્રમે ક્રમે શીતળ થતુ જાય છે, અને તેની ગણતરી પ્રમાણે અમુક કલાક કે મીનીટો પછી તે કેવળ ઠડુગાર થઇ જવાથી તેનુ અસ્તિત્વ હોવાનો સભવ નથી પરતુ જો તેનુ આયુષ્ય તે શરીર જેટલુ લાબુ પહોચે તો તે તેના જાણવામા આવી શકે કે તેના અનુમાન પ્રમાણે તે ઠડુ થતુ નથી, અને તે જ્ઞાન થવાથી તેમા કોઇ ખાંજો ભેદ છે એમ તેના જાણવામા આવે અને ત્યારે તેને કદાપિ સત્ય વાતનુ જ્ઞાન થાય કે તે જે વસ્તુની ગણતરી કરે છે તે ક્રમે ક્રમે ઠડો પડતો અગ્નિ નથી પણ સજીવન વ્યક્તિ છે તથી જ્યા સુધી તે વ્યક્તિમા જીવન રહેશે ત્યા સુધી એ ઉષ્ણતા ઓછી થવાની નથી. તદનુસાર જો મનુષ્યો સૂર્યની સ્થિતિ વિચારે કે તે તો માત્ર ઇશ્વરનું પ્રાદુર્ભાવ પામેલુ રૂપ છે, તેમા મહાન દેવતા સ્થિત થયેલા છે, અને જ્યા સુધી આ સૂર્ય મડળનો વિકાસક્રમ પૂર્ણ થાય ત્યાં સુધી તે દેવ તેના શરીરની ઉષ્ણતા નિશ્ચયપૂર્વક ટકાવી રાખનાર છે, એવુ સમજવામા આવે છે

" સૂર્યના પ્રકાશથી આપણને જે આનંદ તથા સુખ થાય છે, તેનો સૌને અનુભવ છે, પરતુ એવી લાગણી કેમ પેદા થાય છે, તેનુ કારણ તો માત્ર ગુપ્ત વિદ્યાના અભ્યાસીઓનેજ સપૂર્ણ રીતે વિદિત છે હાલનુ વિજ્ઞાન શાસ્ત્ર તો એટલુંજ જાણે છે કે સૂર્ય તેના આખા મડળમા પ્રકાશ અને ઉષ્ણતાજ પ્રસારે છે પરતુ જડવાદી વિદ્વાનો જેનુ રહસ્ય હજુ સમજી શક્યા નથી તેવી જીવનશક્તિ કે પ્રાણબળનુ સૂર્ય સર્વદા સિંચન કર્યા કરે છે તે વાત ખરૂજ અગત્યની અને જાણવા જેવી છે, એ જીવનબળનુ સૂર્યમડળમા સર્વત્ર વહન-ચાલ્યા કરે છે, અને પ્રત્યેક ભૂમિકામા તે જોવામા આવે છે પણ અત્યારે આપણે છેક નીચેની ભૂમિકામાજ શુ બને છે તે જોવાનું છે અહિ તે સ્થૂળ પરમાણુઓમા પ્રવેશ કરી તેને અત્યત ચચળ કરે છે, તેમા જીવન પ્રકાશિત કરે છે, અને તેમને તેજસ્વિ બનાવે છે

"જેમનામાં જીવન છે એ સર્વ કોઇ ઉપર કહી તે પ્રાણશક્તિનું શોષણ કરે છે, કારણ કે તેઓના જીવન માટે પુરતી પ્રાણશક્તિ તેઓને હમેશાં જોઇયે છે. પણ તથા મનુષ્ય તે શક્તિનું શોષણ તેઓના વાયુરૂપ "ઇથેરિક" શરીરના ચક્રદ્વારા શોષણ કરે છે. એ ચક્ર સ્થૂળ શરીરમાં પ્લીહા (Spleen) ની નજીકમાં છે."

હવે નવાઇ જેવું તો એ છે કે દરેક મનુષ્યના શરીરમાં રહેલું આ ચક્ર જેની મારફત સૂર્યમાંથી વહેતું જીવનબળ શરીરમાં દાખલ થઇ તેને જીવતું રાખી શકે છે તે ચક્રને ઇંગ્રેજી ભાષામાં લાંબા કાળથી "સોલર પ્લેક્સસ" Solar Plexus કહેવામાં આવે છે. આ ઇંગ્રેજી નામનો જો શબ્દાર્થ કરીયે તો તે "સૂર્ય ચક્ર" એવો થઇ શકે. આ ચક્ર સંબંધિ વિવેચન કરતાં શ્રી "ધન્વંતરી" ના તંત્રીએ ગત વર્ષના જાન્યુઆરીના અંકમાં નીચે પ્રમાણે લખ્યું હતું:—

"નાભિ પ્રદેશમાં જ્ઞાનતંતુઓનો સમૂહ છે. પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનો તેને "સોલર પ્લેક્સસ" કહે છે તેજ આપણુ "મણિપુર ચક્ર"નું સ્થાન છે. આ સ્થાનને આપણા લોકો પ્રાકૃતમાં નાભિ સ્થાન અથવા આંબોઇ (પીચોટી) ના નામથી ઓળખે છે. ચર્મ ચક્ષુથી એ સ્થાનને જોતાં તે એક જ્ઞાનતંતુની જાળ છે એમ જણાય છે. અને તેજ પ્રમાણે પાશ્ચાત્ય શારીરશાસ્ત્રના શોધકોએ તેનું વર્ણન કરેલું છે. પરંતુ દિવ્ય ચક્ષુથી જોનાર યોગીમહાત્માઓ શરીરમાં તેને એક અગત્યનું ચક્ર માને છે. આ ચક્રમાં અર્થાત નાભિમાં મનનું સ્થાન છે, એમ યોગીઓ કહે છે. માનસિક વ્યાપારોનો મોટો ભાગ મગજમાં થાય છે. તેથી મનનું સ્થાન મગજ છે, તો પણ શરીરના અભ્યંતર મુખ્ય અવયવોનું નિયામક અને ચાલક આ નાભિસ્થાન મન હોવાથી યોગી મહાત્માઓએ આ મનને વિશેષ મહત્વ આપ્યું છે. મગજ જેમ ધોળા અને ભુખરા રંગના માવા જેવા પદાર્થનું બનેલું છે તેમ આ ચક્ર પણ તેવાજ પદાર્થનું બનેલુ છે. સૂર્યમાંથી જે જીવનતત્વ શરીરમાં શોષાય છે તેનો સંચય આ ચક્રમા થાય છે. અને તેથી શરીરમા આ ચક્ર જીવનતત્વનો ભંડાર છે. સૂર્યમાંથી જેમ આખા વિશ્વને પ્રકાશ અને ચૈતન્ય પ્રાપ્ત થાય છે, તેમ આ ચક્રમાંથી આખા શરીરના સર્વ અવયવોને સૂર્યમાંથી ગ્રહણ કરેલું જીવનતત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી સર્વ અવયવો પુષ્ટ અને બળવાન થાય છે. બળવાન શક્તિઓના સામર્થ્યનો મોટો આધાર પણ આ ચક્રમાંથી પ્રાપ્ત થતા જીવનતત્વ ઉપર રહેલો છે. તેથીજ આ ચક્રના સ્થાનને મહત્વ આપેલું છે. શ્વાસાદિક ક્રિયાઓના મોટો આધાર પણ નાભિસ્થાનજ છે—નાભિસ્થાને મણિપુર ચક્ર છે. જ્યાં 'કુંડલિની શક્તિ' નું સ્થાન છે."

આ મણિપુર ચક્ર મારફત સૂર્યમાંથી શરીરમાં દાખલ થતો જીવનતત્વનો પ્રવાહ કેવલ શ્વેતવર્ણના હોય છે. પરંતુ શરીરની અંદર પ્રવેશ્યા પછી તેનું પૃથક્કરણ થવા માંડે છે. હવે જેમ તદન નિર્મલ જળ પણ જેવા પાત્રમાં ભરવામાં આવે છે. તેવા રંગનું તે દેખાય છે, અને મલીન પદાર્થોના સંગાથે ભળતાં મલીન બને છે, તથા જેમ જૂદા જૂદા રંગના ફાનસમાં મૂકેલો દિવો જૂદા જૂદા રંગનો પ્રકાશ આસપાસ ફેલાવે છે, તેવીજ રીતે સૂર્યમાંથી કેવલ શુદ્ધ સફેદ વર્ણના જીવનપ્રવાહ જૂદાં જૂદાં શરીરોમાં દાખલ થયા પછી ભિન્ન ભિન્ન જાતિના રંગમાં બદલાઇ જાય છે. ઉત્તમ, મધ્યમ, કે કનિષ્ટ એમાંથી જેવા પ્રકારનાં તત્વોમાંથી રચાયલાં શરીર કે મનના સંબંધમાં તે જીવનતત્વ આવે છે.

તેવેા તેનેા વર્ણ પણ બદનાઇને થઇ જાય છે બહુ મ્યન કે હલકા પ્રકારના અણુઓના સબંધમા આવતા આ જીવનબળના પ્રવાહના આન્દેાલનેાની સખ્યા બહુ ઘટી જાય છે એથી ઉલટુ બહુ ઉચ્ચપ્રકારના પરમાણુઓનેા સબંધ થવાથી તેના બહુજ થેાડેા ફેરફાર યાતેા ઘટાડેા થાય છે મહાન દેવદેવીઓના શરીરેા અને મન વિગેરે એટલા તેા વિશુદ્ધ હેાય છે કે તેમના શરીરમાના જીવનપ્રવાહના વર્ણમા કાઇ પણ વિકાર થતેા નથી અને તેના આન્દેાલનેા પણ બિલકુલ ઓછાં થતા નથી તેથી તેવા મહાન દેવ દેવીઓના વર્ણનેામા એમ લખેલું હેાય છે કે તેઓના શરીરમાથી વહેતેા પ્રબળ ઓજસ પ્રવાહ સૂર્ય કે ચંદ્રના પ્રકાશ જેવેા કેવળ શ્વેત વર્ણનેા હેાય છે એથી ઉતરતી પંક્તિના યેાગી મહાત્માઓ શરીરમાથી વહેતા ઓજસપ્રવાહના આન્દેાલનાની સંખ્યામા માત્ર થેાડેાકજ ઘટાડેા થયેલ હેાવાથી તેમના શરીરેાની આસપાસ જાબુડા રંગના પ્રકાશ પડે છે, એમ શાસ્ત્રો અ અનુભવીઓ કહે છે એથી જરા ઉતરતી પંક્તિના પુરુષેાના શરીરેામાથી ગળીવલ રંગ એથી ઉતરતાનામાથી આસમાની, પછી લીલા, પછી પીળા, પછી નારંગી, પછી રાતેા કિરણેા એમ એમ એક પછી એક ઉતરતા અનુક્રમે માલૂમ પડે છે.

મી. લેડબીટર કહે છે કે " ઉપર કહ્યુ તેમ પરમાણુની પ્રાણશક્તિ તથા તેન રંગ તેમાથી છુટા પડી ગયા પછી તેમા જે કાઇ પ્રાણશક્તિ રહે છે તેનેા વર્ણ પ્રથમન જેવેા શ્વેત નહિ પણ તેજસ્વી ગુલાબી દેખાય છે અને તેવા પરમાણુઓ મનુષ્યના શરી રમા જ્ઞાનતંતુની જાળમા વહન કરે છે જેમ રુધિર શરીરની નાડીઓમા ફરતુ રહે છે તેમ આ 'ઇથેરીક' દ્રવ્ય જ્ઞાનતંતુઓ દ્વારા ફરતું રહે છે આ ક્રિયા ચાલતી હેાય છે તેવામા શરીરમાહેના સ્થૂળ પુટા અથવા 'સેન્સ તેઓની પ્રાણશક્તિનું શેાષણ કરી લે છે તે પછી તઓ શરીરની ત્વચાના છિદ્રોમાથી બહાર નિકળી જાય છે તે વખતે તેઓમ કાઇ રંગ દેખાતેા નથી જો ઠીક દેખાય છે, તેા તે માત્ર બહુજ ઝાંખેા આસમાની હેાયછે

શરીર નિરેાગ, બળવાન અને યૈાવન પૂર્ણ રહે માટે સૂર્યમાથી વહેતા પ્રાણતત્વનુ પુરતા પ્રમાણમા શેાષણ થવાની, અને તે રીતે ગ્રહણ થયેલા બળથી શરીરના સર્વે અવ યવેા પેાષાવાની જરૂર છે આ ક્રિયા સર્વોત્તમ રીતે ચાલ્યા કરે માટે મણિપુર ચક્ર આગ ળની કુંડલિનીને જાગૃત રાખવાની જરૂર છે યેાગીઓ પેાતાની કુંડલિનીને સંપૂર્ણ રીતે જાગૃત રાખવાની ક્રિયા જાણે છે, અને તેથી તેઓ ખેારાક અને પાણી સિવાય ઘણા લાંબા કાળ સુધી રહી શકે છે, તથા સેંકડેા વર્ષ સુધી પેાતાનુ યૈાવન ટકાવી રાખી શકે છે ઇચ્છા પ્રમાણે કુંડલિનીને જાગૃત કરવાની કળા (The Art of Waking the Solar Plexus at Will) શીખવા માટે અમેરિકાદિ દેશેાના વિદ્વાનેા ઘણા ઘણા પ્રયત્નેા કરી રહ્યા છે પરંતુ તેમને ક્યારે જોઇએ તેટલેા વિજય આ દિશામા મળશે તે કહી શકાતું નથી જે લેાકેાની કુંડલીની સ્વાભાવિક રીતે જરા ઠીક પ્રમાણમા જાગૃત થયેલી હેાય છે તેઓનું શરીર થેાડેા પ્રયત્ન કરવાથી બહુજ સારીરીતે નિરેાગી અને બળ. વાન થઇ શકે છે આવા મનુષ્યેા ધારે તેા બહુ મેાટા જથામા પ્રાણબળ પેાતાના શરીરમા સંચિત કરી શકે છે અને પછી અમુક અમુક કારણેા સર જે લેાકેાની કુંડલિની સુષુપ્ત અવસ્થામા પડી જવાથી તેઓ નિર્બળ અને રેાગી બની ગયેલા હેાય તેમને રે

દૂર જવાની જરૂર નથી. દર રવીવારે હજારો હિંદુઓ જેનો પાઠ કરે છે એવા માત્ર એક નાના સરખા આદિત્ય હૃદય સ્તોત્રમાંજ અત્યાર સુધીમાં જણાવેલી ઘણીએક વાતો ટુંકામાં સમાવી દીધેલી છે એટલુંજ નહિ પણ ઘણી વધારેની અને નવી લાગે તેવી બાબતો પણ છે. આ બધા ઉપર સારૂં વિવેચન કરવા માટે સંસ્કૃત ભાષાનું અને બીજા ઘણા વિષયોનું સારૂં જ્ઞાન જોઇએ જે મારામાં છેકજ નહિ જેવું છે, તેથી બુદ્ધિમાન વાંચકોને તે સ્તોત્રમાંના થોડાક સૂચક શબ્દોજ વિચારવા માટે અત્રે રજુ કરવાની રજા લઉં છું. અને તેમ કરવામાં કોઇ ભૂલ થાય તો સુજ્ઞ વાંચકો તે ક્ષંતવ્ય ગણુશો એવી આશા છેઃ—

सर्वानंद प्रदाता. સૂર્યમાંથી પ્રકાશનાં કિરણુ મારફત જે પ્રવાહ આપણા તરફ આવે છે તેની બીજી અસરો ઉપરાંત મન ઉપર પણ તેની ખાસ અસર થઇ આપણને બહુજ આનંદની લાગણી થાય છે એમ જે આ લેખમાં બતાવવામાં આવ્યું છે, તે વાત આપણા પૂર્વજો સારી રીતે સમજતા હતા તે વાત આ શબ્દોથી સાબિત થાય છે विद्युता સૂર્યનો પ્રકાશ એ અન્ય કાંઇજ નહિ પણ વિદ્યુતનાં આન્દોલન વડે પ્રગટ થતો એક પ્રકારનો ચમત્કાર છે That Light itself is an Electrical manifestation એ વાત જ્યારે માત્ર થોડાંકજ વર્ષ ઉપર પ્રોફેસર મૅક્ષવૅલે જાહેર કરી ત્યારેજ યુરોપ અમેરિકાના લોકોના જાણવામાં આવી; પરંતુ તે વાત આપણા આર્યઋષિ મુનિઓ સ્પષ્ટ રીતે જાણતા હતા તે વાત સૂર્યને લગાડેલા આ વિશેષણ ઉપરથી જણાઇ આવે છે. सर्वात्मा सर्व कर्ताच सृष्टिर्जीवन पालक હાલ ખગોળ શાસ્ત્ર અને ભુસ્તર વિદ્યાને આધારે જે સાબિત થાય છે કે આખા સૂર્ય મંડળમાંની દરેક ચીજ પ્રથમ સુર્યમાંજ હતી અને તેમાંથીજ દરેકે દરેક પદાર્થ ઉત્પન્ન થયેલો હોવાથી ને તે સર્વનો આત્મારૂપ અને કર્તા ગણી શકાય એટલુંજ નહિ પણ ઉત્પત્તિથી તે આજ દિનપર્યંત સર્વનું પાલન પોષણ અને રક્ષણ કર્યા કરે છે એ વાત આર્ય પૂર્વજો સારી રીતે જાણુતા હતા તેથીજ તેઓએ આ શબ્દો લખેલા. अनंतशक्ति મનુષ્યની ગણત્રી કે કલ્પનામાં પણ ન આવી શકે તેટલું અપારબળ સૂર્યમાંથી હમેશ વહ્યા કરે છે છતાં તેના બળમાં દેખીતો ઘટાડો થયેલો જણાતો નથી તે સમજીને તેને 'અનંત શક્તિ' એ નામ આપવામાં આવ્યું હશે. आदित्यं नाभिमंडले ઇંગ્રેજી ભાષામાં જેને "સોલર પ્લેક્સસ" એટલે સૂર્યચક્ર (મણિપુરચક્ર) કહેવામાં આવે છે તે ઇંગ્રેજી નામનું આ શબ્દો સ્મરણુ કરાવે છે.

विस्फोटक समुत्पन्नं तीव्रज्वर समुद्भवम् । शिरोरोगं नेत्ररोगं सर्व व्याधि विनाशनम् ॥ कुष्ट व्याधि तथा दद्रू रोगाश्च विविधाश्चये ઇત્યાદિ વાક્યોથી સૂર્યમાં સર્વ જાતના રોગ મટાડવાની શક્તિ છે તે વાત આપણા પૂર્વજો જાણતા અને માનતા હતા તેનો સારો પુરાવો મળે છે. रक्तांगश्चांगवर्धनः તથા बुद्धिवर्धनः આદિ શબ્દોથી શરીર તથા મનપર સૂર્યની થતી સારી અસર સૂચવાયલી છે. नमस्त्रैलोक्यनाथाय भूतानां पतये नमः વિગેરે શબ્દો એમ બતાવે છે કે સૂર્યની શક્તિ માત્ર સ્થુળ જગતમાંજ નહિ પણ સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ ભુમિકાઓમાં પ્રવર્તે છે, અને સૂર્યને માત્ર જડ નિર્જીવ પદાર્થજ નથી પણ તેના અધિષ્ઠાતા દેવતાનું તે બહારનું પ્રગટ સ્વરૂપ છે सर्वकर्मादि साक्षिणं આ શબ્દો પણ સૂર્યનું સજીવપણું બતાવી આપે છે. पयधाता विधाताच यजिं क्षेत्रं प्रजापतिः આ

લેખમાં આગળ વર્ણવાયલી સૂર્યની મહત્તાને આ શબ્દોથી પુષ્ટિ મળે છે एव एव प्रजा नित्य संत्रत्रे याति रश्मिभि. સૂર્ય પોતાના કિરણોદ્વારા સર્વને જીવનબળ અર્પી પોષે છે એમ જે આગળ લબાણ વિવેચનથી દેખાડવામાં આવ્યું હતું તેજ વાત આ શબ્દો ટુંકામા જણાવે છે. दारिद्रय व्यसनघ्नसौ સૂર્યનો ખરો પ્રભાવ સમજીને તેનો યોગ્ય ઉપયોગ અથવા ઉપાસના કરનારના દારિદ્રય અને વ્યસન વિગેરે મતવર નાશ પામે એમા નવાઇ જેવું નથી. योजनानां सहस्त्रे द्वे द्वे शते द्वेच योजने । एकेन निमिषार्धेन क्रममाण नमोस्तुते ॥ नवयोजन लक्षाणि सहस्त्र द्वि शतानिच । यावद्घटी प्रमाणेन क्रममाण नमोस्तुते ॥ પાશ્ચાત્ય ખગોળશાસ્ત્રને આધારે આપણો સૂર્ય પણ પોતાના તાબાના સર્વ ગ્રહ ઉપગ્રહોને લેઇને એક "આલસીયોન" Alcyone નામના તારાની આમપાસ ભ્રમણ કરતો માનવામા આવે છે. હવે આવી રીતે આપણો સૂર્ય કેટલી ત્વરાથી ગતિ કરે છે તેની સંખ્યા આપણા આર્ય પૂર્વજોએ શોધી કાઢી આ શ્લોકોમાં લખી હોય એમ કદાચ ધારી શકાય. आयुरारोग्य मैश्वर्य देहो देव नमोस्तुते સૂર્યજ આપણને જીવન આરોગ્ય અને બળ આપનાર છે એ વાત અત્ર સમવાયલી છે તેમજ Where the Sun does not enter the doctor does અર્થાત "જ્યાં સૂર્યનો પ્રકાશ દાખલ થઈ શકતો નથી ત્યાં વ્યાધિઓ અવસ્ય પેદા થઈ વૈદ ડાક્ટરનો પગ પેસારો થવાની જરૂર પડે છે" એવી ઇટાલીયન કહેવતમા પણ આજ વાતનું રહસ્ય જોવામા આવે છે આવા આવા અનેક અનેક સર્વોત્તમ ગુણ હોવાથી, અને આખા દૃષ્ય જગતમા સૂર્યથી ચઢીયાતો અને વધારે પ્રભાવવાળો બીજો કોઈ પદાર્થ નહિ હોવાથી તેને પરમાત્માનુજ સર્વોત્કૃષ્ટ પ્રગટ સ્વરૂપ માનવામાં આવે છે અને તેથી કહે છે કે उभयोरत्तर नास्तिआदित्यस्य शिवस्यच. છેવટે અંતિમ પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે કે –

यन्मंडलं वेद विदोवदंति गायंति यश्चारण सिद्ध संघाः ॥
यद्योगिनो योगजुषांच संघाः पुनातुमांतत्सवितुर्वरेण्यम् ॥

हिंदि अमरकोष.

(અનુસંધાન ગતાંક ૧૭૯ થી)

સંસ્કૃત ઉપરથી હિંદી કવિતા રચનાર—રાજકવિ હર્ષદરાય સું. મુનસી.

વિષ્ણુઆયુદ્ધ

પાચજન્ય સો શંખહૈ, ચક્ર સુદર્શન માન,
કોમોદકી કરમેં ગદા, નંદક ખડ્ગ પ્રમાન.
કૌસ્તુભ મનિકો માલ ઉર, શારંગ ધનુશ્ર બલધામ,
લાંછન હૈ શ્રીવત્સમેં, પંક આયુધકે નામ.

જાને સુત શચી ઇંદ્રકો, પાકશાસની ઓર;
ગર્જત મેઘ પ્રચંડ તબ, ધુંધ દિગ્ગ બનિ જોર. ६

ઐરાવતકે નામ.

ઐરાવત અભ્રમુવલ્લભ, પુનિ અભ્રમા તંગ;
ઐરાવત જબ ચલત તબ, હલન લગત ગિરિ શ્રંગ. ६૧

વજ્રકે નામ.

કુલિશ ભિદુર સ્વરૂ ભિદિર પુનિ, શંબ બજ્ર પવી નાઉં;
દંભોલી શતકોટિ અરૂ, હ્રાદિનિ અશની ગિનાઉં. ७०

સટીક કેશવકલ્યાણ.

(અનુસંધાન ગતાંક પૃષ્ટ ૧૮૨ થી.)

અનુવાદક—પૂર્ણચંદ્ર એ. શર્મા.

——:o:——

જે પ્રદેશમાં બારેમાસ જ્યાં ત્યાં નિર્મળ પાણી વહ્યા કરતું હોય, હમેશાં લીલી હરીયાલી વડે પૃથિવી શોભી રહેતી હોય, વર્ષાદની ગેરહાજરીમાં પણ પુષ્કળ અન્નાદિ નિપજતું હોય, હવા ઠંડીજ રહેતી હોય, બગીચા સારી પેઠે અને વગર મહેનતે ઉછરી શકતા હોય, ગીચવૃક્ષોની ઘટા દૃષ્ટિગોચર થતી હોય અને રસાળ ફુલ ફલ શેરડી તથા દુધ ઘી વગેરેની ઘણી સારી પેદાશ હોય, તે પ્રદેશની અંદર કફ અને વાયુ એ બેઉની પ્રબળતા હોવાથી તેની પ્રાધાન્યતાવાળા રોગોની ઉત્પત્તિ વિશેષ હોય છે. વાસ્તે તેવા પ્રદેશમાં ગરમ ઔષધોનો ઉપયોગ કરવો લાભકારી છે. ઔષધ માત્ર, ઋતુ, વય, કાળ અને ઔષધ લેવાનો સમય એ ધ્યાનમાં રાખી ખાવાં કે જેથી તુરત આરામ મળે. ૪૫—૪૬

આ પ્રમાણે જે પ્રદેશ હોય તે અનૂપ દેશ કહેવાય છે. તે પ્રદેશમાં પુરૂષ કમ બળવાન અને સ્ત્રી વિશેષ બળવાન થાય છે, જેથી તેવા તુચ્છ ધાતુવંત અને અગ્નિમંદો ને માટે સમજીને ઉપાય કરવાવડે યશ મળે છે. ૪૭

(જાંગલદેશ વર્ણન—સોરઠા છંદ.)

પ્રકટ ન દીખે તોય, હરિતાઇ પાવસ સમૈં;
રૂધિર રોગ તહાં હોય, ષટઋતુ દ્વાદશ માસમૈં. ૪૮

જે દેશમાં તલાવ, નદીમાં કે ઝરણાં વગેરે પાણીની છતવાળાં ન હોય અને ટુંકામાં કહિયે તો હરિયાલી ફક્ત ચોમાસાની મોસમમાંજ નજરે પડે છે (જુઓ મારવાડ) તે દેશમાં લોહી વિકારનાં દર્દો છએ ઋતુ અને બારે માસમાં થયાંજ કરે છે. ૪૮

(વિશેષ ખુલાસા માટે ચોપાઈ છંદ.)

ધૂપ પ્રબલ જિહિ ધરપર ધગહી, સુક્ષ્મ કુમાદિકૂપ જલ લગહી;
જો ઊગે સુબ હોત કંટેરા, ગર્મ હવા મૃગતૃષા ઘંપેરા. ૪૯

રૂધિર રોગ તિહિ ધરપર હોઈ, શીત ઉપાવ કરો સબ કોઇ;
અન્નોષધ શીતલ સબ ખાના, ગરમ કસેલ નજીક ન જાના. ૫૦

દોહા—જાંગલ દેશકી જુગત યહુ, નર નારી સુખિ હોય,
મરદિમેં પરગટ બસૈ, અનરોગી તન હોય. ૫૧

જે પ્રદેશની અંદર સખ્ત તડકો પડતો હોય, છોડવા વેલ વગેરે કુવાના પાણી સીંચવાથી ઉગતા—ઉછરતા હોય, અગર ઉગતા હોય તે બધા કાટાલ-બોરડી બાવળ ખીજડા કેરડા જવાસા વગેરે હોય, ગર્મ હવા ચાલ્યા કરતી હોય અને ઝાઝવાના નીર—જ્યા ત્યા જણાતા પ્યાસને લીધે આખ્યે અધારા આવતા હોય, તે પ્રદેશની અંદર લોહી વિકારનાજ રોગો પેદા થાય છે, માટે તે પ્રદેસમા ઠંડા ઉપાય કરવા, અન્ન ઔષધ વગેરે પણ શીતલ પ્રકૃતિનાં ઉપયોગમાં લેવા. તથા ગરમ પદાર્થ અને કષાએલા પદાર્થનો સગ પણ કરવો નહી.

તેવા પ્રદેશને જાંગલ દેશ કહેવાય છે, માટે ત્યા પુરૂષ સ્ત્રી બેઉ બળવાન નિરોગી હોવાથી સુખી જીંદગી ભોગવે છે ૫૧

(મિશ્રદેશ વર્ણન—સોરઠા છંદ)

શીત ગરમ સમકીન, દોઉ બરોબર દેશ જિહી;
કફ પિત્ત મારૂત તીન, નિશિદિન તા ધરપર બસે. ૫૨

જ્યા ઠંડી અને ગરમી બેઉ બરોબર પડતી હોય ત્યા કફ પિત્ત અને વાયુ એ ત્રણેના વિકારજન્ય રોગો રાત દિવસ ઘર કરીને રહે છે. ૫૨

(વિશેષ ખુલા માટે ચોપાઇ છંદ)

ગરમી શીત બરાબર જીવૈ, કૂપ તલાવ નદી જલ પીવે;
સીંચે જલ બગીચા દેખો, મિશ્રિત દેશ બરાબર લેખો. ૫૩
પાંડુ કમલા પ્રમે સુઝારા, પિત્ત દર્દકા બહુત પ્રચારા;
શિરકે દુખ તૃતીય જ્વરવાસા, બસે વ્યાધિ તહાં દ્વાદશ માસા. ૫૪

દોહરા—મિશ્રિત દેશમેં મરદ તિય, જિયન ચહે દિન રૈન;
બાળક યૂવક વૃદ્ધ કોઉ, સુખ ભરિ કરે ન ચૈન. ૫૫

જે પ્રદેશમા ગરમી અને ઠંડી બેઉ બરોબર હોય, કુવા તળાવ નદીનું જળ પીવામા વપરાતું હોય અને પાની સીચવાથી બાગ બગીચા સારી પેડે ઉછરતા હોય તે દેશમા પાંડુ, કમળો, પ્રમેહ અને સુઝારા વગેરે પિત્તની પ્રધાન્યતાવાળા દર્દોનો પ્રચાર વધારે હોય તેમજ માથાનાં દર્દો તરીયો તાવ જ્યા ઘર કરીને રહેતો હોય, મતલબ કે જ્યાં બારે માસ રોગો પથારી નાખી પડ્યાજ રહેતા હોય તે દેશને મિશ્ર દેશ કહેવાય છે. ૫૩—૫૪

મિશ્ર દેશની એવી રચના હોય છે કે ત્યા નર નારીઓના જીવમા રાત દિવસ બાળક યુવાન અને વૃદ્ધને રોગની ધાસ્તી રહેવાથી પળવાર સુખચેનમા રહેવા પામતાં નથી ૫૫

(ત્રણ કાળ વગેરેનુ વર્ણન—દોહા છંદ)

તીન હવા સબ ધરનિકી, તીન કાલ વય તીન;
વિવિધ વ્યાધિ ષટ ઋતુ બસૈ, જાનહુ વૈદ પ્રબીન ૫૬

ઉષ્ણુ સુ વર્ષા શીત ઋતુ, બાર માસ ત્રય કાલ;
તીન ધર દિનકર તીન વય, વૃધ યૌવન અરૂ બાલ. ૫૭

ત્રણુ જાતની હવા એટલે કે અનૂપ જાંગલ અને મિશ્ર અથવા પિત્ત કફ વાયુ પુરિત હવા પૃથિવી માત્રમાં હોય છે. કાળ પણુ ત્રણુ છે, વયં પણુ ત્રણું છે. અને છ રીતુઓ છે તેમાં વિવિધ વ્યાધિઓનો નિવાસ હોય છે. હે પ્રવીણ વૈદ્યો! ત્રણુ કાળ એ છે કે ઉષ્ણુકાળ—ઉન્હાળો. વર્ષાકાળ–ચોમાસું, અને શીતકાળ–શીયાળો, એ ત્રણુ કાળ મળી બાર મહિના અને છ ઋતુ ગણાય છે. અથવા તો પ્રાતઃકાળ મધ્યાન્હ કાળ, અને સંધ્યા કાળ એ પણુ ત્રણુ કાળ કહેવાય છે. ત્રણુ જાતની પૃથિવી એટલે કે અનૂપ જાંગલ ને મિશ્ર એમ ત્રણુ છે. કિંવા શરીર રૂપી ભૂમિમાં વય રૂપી સૂર્યની ત્રણુ અવસ્થાઓ છે. એટલે કે બાળક યૌવન ને વૃદ્ધાવસ્થા. ૫૬—૫૭

(છ ઋતુ વર્ણુન પૈકી વસંત ઋતુ વર્ણુન દોહા છંદ.)

ચૈત્ર માસ વૈશાખમેં, મીન મેષ રવિ રાશિ;
વ્યાધિકી યે વસંતરિત, પૂનમી માસ પ્રકાશ. ૫૮

પૂનમીઆ મહિના પ્રમાણે ચૈત્ર અને વૈશાખ મહિના કે જેમાં મીન અને મેષ રાશિના સૂર્ય (સંક્રાંતિ) હોય છે તે સમયને વસંત ઋતુ કહેવાય છે અને એ ઋતુ રોગની જનેતા છે. ૫૮

(વિશેષ ખુલાસા માટે ચોપાઇ–છંદ.)

પવન દિશા પશ્ચિમકા ચલહી, પ્રફુલિત લતા દ્રુમ સબ ફૂલહી;
અંબ મ્હોર કોકિલ સુર બોલેં, ગુંજિત ભ્રમર મુદિત મદ ડોલેં. ૫૯
રસકી વૃદ્ધિ તબેહી જમાના, દધિ ગુડ દૂધ નજીક ન જાના;
કફ પૈદા ઇન ઋતુમેં હોઈ, કહુ ઇલાજ જાતેં સુખ હોઇ. ૬૦

જે રૂતુમાં પશ્ચિમ દિશાનો પવન વાયા કરતો હોય, ફુલ ફળ વગેરેથી વૃક્ષો, વેલિઓ પ્રફુલ્લિત-ફલિત થયેલ હોય, આંબાઓ ઉપર મોર આવવાથી આંબાઓ પર કોયલડીઓ બેસીને મીઠા ટહુકડા કરતી હોય, અને પરાગ મકરંદ મધુ પૂરિત પુષ્પોપર રસ લોભી ભમરાઓ ગુંજારવ કરી મદમસ્ત બની આનંદથી ઘુમ્યા કરતા હોય તે રૂતુને વસંત રૂતુ કહેવાય છે. એ રૂતુમાં રસ માત્રની વૃદ્ધિનો જમાવ થાય છે, જેથી તે સમય દહીં ગોળ દૂધની નજીકમાં પણુ જવું નહી, કેમકે એ ખાવાથી કફના દર્દોને તુરત જન્મ મળે છે, માટે હું હવે પાછી કહું તેનુંજ સેવન કરવું કે જેથી સુખ પ્રાપ્ત થાય. ૫૯—૬૦

(વસંતરતુમાં શું શું ખાનપાનાદિ કરવાં ?)

લાલ બરન તનપર તબ ધરના, ગરમ ખાઓ ઠંડા પરહરના;
તક કસેલા ચીજ ખટાઇ, દિન તજી નિંદ ધૂપ મત જાઇ. ૬૧
ફદિં જુલાબ લુખા અન્નખાના, ગુડ દધિ તેલ નજીક ન જાના;
કુંકુમ ચંદન કેસર લેપન, પીશુપાતરસ સિવાઅસેવન. ૬૨

વસંતરતુની અંદર લાલરંગનાં કપડાં પહેરવાં, ઉન્હું ઉન્હું એટલે રહેવાય તેવું

ગરમ ભોજન જમવું. ઠંડુ વાસી અન્ન ન ખાવું, છાશ, કચાવલી ચીજો અને ખટાશ તેમજ દિવસે ઉંઘ લેવી અને તડકામાં ભટકવું એ બધાં બંધ કરવાં, ઉલટી અને જુલાબની સારી દવાઓનો કામ જેટલો ઉપયોગ કરવો, લૂખું અન્ન ઉપયોગમાં લેવું, ગોળ દહી તેલ વગેરેથી દૂર રહેવું,કેસર સુખડ બરાસ વગેરે શીતલકારી કફહારી ચીજોનું લેપન કરવું અને લીંબડાના પાનના રસ વિના બીજા રસોનું સેવન ન કરવું. ૬૧-૬૨

(અપૂર્ણ.)

जोतिषशास्त्र अने वैदकशास्त्रनेा निकटनेा संबंध.

(અનુસંધાન ચાલુ વર્ષના પૃષ્ઠ ૯૨ થી.)

લેખક—તંત્રી

જન્મ કુંડલીમાં બાર સ્થાનો હોય છે. તે દરેક સ્થાનમાંથી શું જોવાય છે એ જાણવું જરૂરનું છે. કારણ કે અમે ગતાંકમાં સ્થાન પરત્વે ગ્રહોનાં ફળ બતાવેલાં છે. તેથી વાંચક વર્ગને ટુંકામાં સમજાય એટલા માટે અમે નીચેના કાવ્યમાં સંક્ષિપ્ત કહીએ છીયે:—

વપુ ૧, ધન ૨, વિક્રમ ૩ તીન, મિત્ર માતા ગણ ચોથે,
શરમા ૫ સુત વિદ્યાય રોગ રિપુ ખટને માથે;
અર્ણવ ૭ પ્રમદા હોય મૃત્યુ ભૈરવ ૮ જન જાણો,
નવમે ધર્મ ને ભાગ્ય ભોગ જનિતા દશ માનો;
એકાદશ ભુવને વસે લાભ મત્ય મન માનજો,
દ્વાદશમે વ્યય પેખીને વ્હેમ ચિત્તથી ટાળજો.

અર્થાત પહેલું દેહ ભુવન, બીજું ધન ભુવન, ત્રીજું પરાક્રમ ભુવન, ચોથામાં મિત્ર અને માતા, પાચમું સંતાન અને વિદ્યા, છઠું રોગ અને રિપુ-શત્રુ, સાતમું સ્ત્રી ભુવન, આઠમું મૃત્યુ ભુવન, નવમું ધર્મ અને ભાગ્ય ભુવન, દશમું રાજ્યદ્વાર-પિતા અને કર્મ ભુવન, અગીઆરમું લાભ ભુવન, અને બારમું વ્યય-ખર્ચ ભુવન ગણાય છે.

સ્ત્રી પુરૂષના બન્ને હાથની દશ આંગળીઓમાંથી દરેકના છેડા ઉપર શંખ અથવા ચક્રનું ચિન્હ પડેલુ હોય છે, જે વાત સર્વ કોઈ જાણે છે, છતાં તેનું શું ફળ હોય છે તે થોડાંજ મનુષ્યો જાણે છે. તેમજ આંગળીઓના નખનો રંગ જોઇ તેનું ફળ જાણવાનું પણ ઘણાઓને ખબર હોતું નથી. તેથી અમે આ વાતો સહેલાઇથી સમજી તથા યાદ રાખી શકાય માટે એક કાવ્ય નીચે લખીએ છીયે—

ચક્ર મહાત્મ્ય.

ચોપાઇ.

એક ચક્ર વાચાલ બખાને, દુઈ ચક્ર ગુનવંત બહુ જાને;
તીન ચક્ર વાનિજ ધન હોવે, ચાર ચક્ર સો દરિદ્ર જન જોવે.
પાંચ ચક્ર સર્વાંગ બિલાસા, છઠ્ઠા ચક્ર રસ કામ હુલાસા;
સાત ચક્ર બહુ સુખકો સાજા, આઠ ચક્ર રોગ તન ઝાઝા.
નવ ચક્ર સો રાજા કરે, દશ ચક્ર તે સિદ્ધ પણ ધરે.

શંખ મહાત્મ્ય.

એક શંખ નર સુખી કરાઇ, દ્વિતિય શંખ દરિદ્રકે ભાઇ;
તૃતિય શંખસેં નિર્ગુન બખાને, ચારી શંખતે ગુન બહુ જાને.
પાંચ શંખ તે નિર્ગુન હોઇ, છઠ્ઠા શંખ જાને સબ કોઇ;
સાત આદિ અંસ દસ, ધતને શંખ જો હોઇ;
રાજા કહીએ દાસ કો, ચલે નિશાન બજાઇ.

નખ વિચાર.

અરૂણો નખ જો પુરૂષકોં, ભોગી સુખકી ખાન;
પુત્રવાન ધનવાન ગૃહ, ઔર હોય સન્માન.
નખ કાલો જો પુરૂષકોં, વાકે હોય કુશીલ;
મહા દુઃખી સો જાનીયે, સબસેં રહે દુદીલ.
શ્વેત નખ જો પુરૂષકોં, વખો દુઃખી વહ હોઇ;
જર પીડા વ્યાપે સદા, સુખી ન હોવે સાઇ.
પીત વર્ણ નખ પુરૂષકોં, સો પરદેશ કરાઇ;
ન ધર બાહેરમાં રહે, ચિંતાકે બશ હોઇ.
લાલ નયન નખ પુરૂષકોં, તેજ વંત સો હોઇ;
મહા સુખી સો જાનીયે, સબ લક્ષણ શુભ કોઇ.
નખ હરિત જો પુરૂષકોં, સો પાપી રૂપ જાન;
સદા દુઃખી વહ જાનીયે, કહે સામુદ્ર બખાન.

રેખા વિચાર.

કરતલ રેખા જાહી બસે, પરે મુષ્ટિકે માંહી;
મહા ભોગી વહ જાનીયે, યહ લક્ષણ હૈ જાહીં.
રિદ્ધિ સિદ્ધિદાતા સુખી, વહ જાને સબ કોઇ;
મુષ્ટિ બીચ રેખા સંબઇ, રહે સો રાજા હોઇ.
જાકે વામે તિલ બસે, મહા દુઃખીકે ખાન;
નિશ દિન ચિંતામે બસે, કહે સામુદ્ર બખાન.

અપૂર્ણ.

ઔષધિ નામમાળા.

(રચનાર રાજકવિ હર્ષદરાય સું. મુનસી.)

ધાણા નામ ગુણ.

ધાનેયક ધાના કુનટી, ધાન્યક ધાતક ધાન્ય;
છત્રા કરતુંબરૂ વિતુન્નક, ધેનુકા પ્રમાન. ૬૪
તુરટુ સ્નિગ્ધ પુનિવૃષ્યહે, લઘુ મુત્રલ ગુન સોઇ;
ઉષ્ણુવિર્ય કટુ તિક્તહે, દીપન પાચન હોઇ. ૬૫
જ્વરહર રૂચિકર ગ્રાહી અરૂ, સ્વાદુપાક સુચિકોશ,
તૃષ્ણા દાહ વમન શમન, હરતહિશ્વાસ ત્રિદોશ. ૬૬
દુર્બલતા અરૂ ઉર્ધરમ, કૃમિકો કરતહી નાસ;
લીલા ધાન્યક સ્વાદુ હે, પિત્તશમન સુખરાશ. ૬૭

વરીયાળી-સવા નામ તથા ગુણ.

શાલિન છત્રા છત્રિકા, શતપુષ્પા શાલેય;
સિતછત્રા મધુરા મિસી, શતાહવા સુખદેય. ૬૮
અતિલબી પુનિ સહિતા, કારવી દ્વાદમનામ,
લઘુ તિક્ષ્ણુ પૈતિક કટુ, દીપન ઉષ્ણુ સુ કામ. ૬૯
વાયુ જ્વર કફ શલ વૃણ, નેત્રવ્યાધી હર દેત,
શતપુષ્પાકો ગુન કહ્યો, હર્ષદ કવિ સંકેત. ૭૦

વરીયાળી નામ ગુણ.

મિસિ મધુરા પુનિ મિશ્રયા, વરીઆળી કે નામ;
યાકે ગુન શતપુષ્પ સમ, ઔરહિ ગુન અભિરામ- ૭૧
યોનિશલ પર બહુત કરી, ભિષક ગિનત હિતકારી;
અગ્નીમંદ કૃમિ વીર્યહર, મલગ્રાહક મતવારિ. ૭૨
રૂક્ષ ઉષ્ણુ પાચન સરસ, વમન વાયુ હર જાન;
કાસશમન રૂચિકરન યહ, વરીયાલી સુખદાન ૭૩

મેથી તથા ચદક્ષ નામ ગુણ.

મેથી મિથિની મેથિકા, બોધિનિ જ્યોનિ પ્રમાન;
ગંધફલા બહુપત્રિકા, મિશ્ર પુષ્પિકા માન. ૭૪
વલ્લરી કૈરવિ કુચિકા, બહુપર્ણિ બહુબીજ,
દીપનિ મથા ચકકા, યહ બિધ નામ પતીજ. ૭૫
વાતશમન કફ દૂરકર, જ્વર વિનાશીની સોઇ;
ગદક્ષ મેથી કે નામ ઇક-ગદક્ષ વાજી હિત હોઇ. ૭૬

અશાળીયા નામ તથા ગુણ.

દૈ પશુમેહન કારિકા, ચર્મહંત્રિ પરમાન;
વાસ પુષ્પ રૂ સુવાસ, કારવી ભદ્રા માન. ૭૭

एक पत्निव्रत. ९

આચરવાવાળો દ્રઢ મનનો હોય છે. એક પત્નિવ્રત પાળવાવાળા સર્વ કાર્યમાં વિજય પ્રાપ્ત કરનારા હોય છે. ગ્રહસ્થાશ્રમમાં તે આશ્રમરૂપી રાજદ્વારને શોભાવનારો હોય છે. વળિ તે પવિત્ર વૃત્તવડે કરીને દંપતિનો અપૂર્વ પ્યાર દિન દિન પ્રત્યે વધતો છતાં જીંદગીમાં પોતાનો વખત સુખ અને આનંદમાં ગાળે છે. જે કંઇ વિચાર કરીને શુદ્ધ અંતઃકરણદ્વારાએ બોલે તથા દરદીને સાજો કરવાને દવા આપે તેમાં તે ઘણીજ ફતેહ મેળવે છે!

એક પત્નીવ્રત ધર્મ પાળવાવાળા ઉત્તમ વૈદ્ય ઉપર યાને બ્રહ્મચર્ય વૃત્ત ધારણ કરનાર ભિષક ઉપર પ્રજા વર્ગ બહુજ વિશ્વાસ અને પ્યાર રાખીને તેને પ્રમાણિક ગણે છે; કોઇ પણ પ્રકારની શંકા નહિ લાવતાં તેને ઘેર પોતાના કુટુંબમાં તરૂણ યોશિતા દરદી થઇ હોય તો તેને મોકલે છે. તેના તેવા ઉત્તમ ગુણરૂપી આભુષણને જોઇને સર્વે કોઇ માનની લાગણીથી જુવે છે. જે કુવૈદ્ય છે અને તે કુટિલ વૃતિવાળો હોય અને ભલે કદિ ઉત્તમ પ્રકારનું નિદાન કરીને ચિકિત્સા કરનારો હોય પણ તેવા કુવૈદ્ય ઉપર કોઇ પણ વિશ્વાસ લાવશે નહી. વાસ્તવ જે ઉત્તમ વૈદ્ય છે તેમા એક પત્નિવૃત્ત નિયમ જાણુ રહ્યો હોય તો તે આ જગતમાં પોતાનું નામ અમર કરી જાય છે; વિવેકદ્વારાએ તેવું કઠિણ વૃત્ત પાળવાને કોણ સમર્થ છે! એમ જ્યારે કહો ત્યારે એનું રહસ્ય એજ છે કે વિવેકદ્વારાએ જ્યારે ધર્મ કાર્યમાં ધૈર્યતા રાખનારો

धर्म धीर. १०

બને છે ત્યારે જ તે ઉત્તમ વૃત્તને તથા ઉત્તમ વિચારને ધારણ કરે છે. "મનુષ્ય જન્મ પછી સદ્વિવેકદ્વારાએ શ્રેષ્ટ કાર્યમાં પ્રવર્ત રહેવામાં જે ધૈર્યવાન છે, તથા જેની તે કામમાં સપ્રેમ પુર્વક અલગવૃત્તિ છે તેને ધર્મ ધીર કહેવામાં આવે છે" આયુર્વેદના મુળતત્વને જાણનારો પરોપકારી વૈદ્ય ધર્મ ધીર હોય તો એજ તેનું પરમ આભારૂપ ભૂષણ છે; તો તેવા ભૂષણથી અલક્રિત થએલો ધર્મ ધીર વૈદ્ય જન પ્રિય થાય છે. અને તેવા ઉત્તમ ધર્મમાં ધૈર્યવાન વૈદ્ય

प्रणसत्य सुहावन. ११

અર્થાત સત્યવક્તા હોય છે; પોતાના મુખમાંથી જે શબ્દ નિકળ્યા હોય તે પળ્યા શિવાય રહેતો નથી; જેણે સત્યનું દ્રઢ વૃત્ત પાળ્યુ છે તેણે ત્રિલોકમાં પોતાનું નામ ઉચ્ચ પંક્તિમાં નોંધાવ્યું છે તો પછી આ મૃત્યુલોકમાં તેણે શું મેળવી શક્યું નથી! સર્વે પ્રકારની સિદ્ધિનિ સ્મૃદ્ધિમાં સત્ય સ્મૃદ્ધિ સર્વોપરી છે. સત્યરૂપ મર્યાદામાં કોઇ પણ વિક્રિયા પ્રવેશ કરી શકતી નથી; સત્યવક્તાથી કદીપણ દુરાચરણ રસ્તે જવાતું નથી; સત્યવક્તા, શમ, દમ, તિતિક્ષાદિકને પાળનારો વિજયિ હોય છે. હરિશ્ચંદ્રે સત્યપ્રણ એવું પાળ્યું કે તે સત્ય પાળવામાં જોકે તેણે અનેક પ્રકારનાં દુઃખ ભોગવ્યાં તોપણ છેવટે વીષ્ણ બ્રહ્માદિક તેની પાસે આવીને તેના કંઠમાં હાર પરોવ્યો હતો. અને સેંકડો વરસ સુધી સુખમાં નિર્ગમન કરે તેવું રાજ્ય તેને સોપ્યું; અને તેનું નામ અત્યારસુધી આ જગતમાં અમર રહ્યું છે.—સ્થુળ દેહનો નાશ છે. યદ્યપિ ઉતમ કાર્ય થયા હોય તો તેનું સ્મર્ણરૂપ કથનનો નાશ નથી. માટે તે હરિશ્ચંદ્ર સત્યવક્તા વૃત આચરણને લીધે અમરત્વને પાંમ્યો; ત્યારે તેવું સત્યવ્રત પાળવાને કોણ શક્તી ધરાવે છે! તેના ખુલાસામાં એજ મુખ્ય કારણ નીકળેછે

(અપૂર્ણ.)

અંતરગળ.

૧ ઈંદ્રવારણીનાં મુળને એરંડ તેલની સાથે ઊકાળી ગાયના દુધમાં પીવામાં આવેતે અંડવૃદ્ધી મટે છે.

૨ કચુજના મુળને ચોખાના ધોવરામણમાં ઊકાલી તેનો લેપ કરવાથી અંડવૃધ્ધી થતી મટે છે.

૩ ધંતુરાનાં પાંનને શેકી બાંધવાથી વૃષણ વૃદ્ધી મટે છે.

૪ નગોડનાં વરાળીયાં પાન બાંધવાથી સારો ગુણ આપે છે

૫ નવસારના પાણીનાં પોતાં મુકવાથી વૃષણવૃધ્ધી નરમ પડે છે.

૬ નવસારના પાણીનાં પોતાં મુકવાથી અંતરગળમાં આંતરડું નીચે ઊતરેલું ઊપર ચડે છે, નવસારનું પાણી બનાવવું હોય તો એકભાગ નવસાર ને વીસ ભાગ પાણી લેવું

૭ રાસના ગળો બલદાણા જેઠીમધ ગોખરૂ અને એરંડ મુળ એનો કાઢો એરંડ તેલ નાંખી પીવાથી અંતરગળનું દર્દ મટે છે.

૮ સરપંખાના મુળનું ચુર્ણ એક માસ સુધી સેવન કરવાથી અંડ વૃધ્ધી મટે છે.

૯ અંતરગળ ઊપર સીલારસ તમાકુના પાન ઊપર ચોપડી પાન ઊનું કરી બાંધવાથી સારો ગુણ આપે છે. કેટલાકને એથી ઊલટી થાય છે.

૧૦ અંતરગળ ઉપર આદાનો રસ કાઢી ઠરવા દેઇ ચુના જેવો પદાર્થ કાઢી નાંખી મધ મેલવી પીવું.

૧૧ અંતરગળ ઉપર વાત કફથી વૃષણ સુજી આવેલ હોય તે ઊપર હરડેદળ બેડાં અને આમલાંનો કાઢો અષ્ટમાઊંસ કરી તેમાં ગોમુત્ર નાંખી પીવાથી સારો ગુણ આપે છે. રોજ સવારે એક વખત પાંચ સાત દિવસ પીવો.

૧૨ સીધવ જીરૂં શાહજીરૂં હીંગ બમણા પાણીમાં ઊકાળવાં તેમાં તેલ નાંખવું બાદ ઊકાળવાં તે તેલ ચોળવાથી અંત્રગળ મટે છે.

૧૩ કડાનું ચુર્ણ દુધ સાથે લેવાથી અંતરગળ મટે છે.

૧૪ પાણી સાથે પુનરનવા (સાટોડી) નું ચુર્ણ ફાકવાથી અંતરગળ મટે છે.

૧૫ તંમાકુના પાંનને સીલારસ ચોપડી તેને ઊનું કરી અંતરગળ ઊપર મુકી કાછોડવો એ પ્રમાણે સાત દિવસ કરવું તેથી અંતરગળ મટે.

૧૬ અંતરગળ જે બાજુએ હોય તે બાજુથી ઊલટી બાજુના પગના અંગુઠાની નાડી ઊપર ડામ દેવાથી અંતરગલ મટે છે એટલે જમણી બાજુનો અંડ. સુજ્યો હોય તો ડાબા પગના અંગુઠાની નાડી ઊપર ડામ દેવો અને ડાબી બાજુ હોય તો જમણા પગના અંગુઠાની નાડી ઉપર ડામ દેવો.

૧૭ ગાડરનું દુધ બકરાની લીડીયો લાવવી, લીડીને દુધમાં ખદખદાવવી અંતરગળે ચોપડવી ને તેના ઉપર ધંતુરાનાં પાન બાંધવાં દિન ૭ કીંવા તેર સુધી તો મટે.

૧૮ કડુ ગાયના દુધથી ઘસી પીધેથી અંતરગળ મટે.

૧૯ હીંગ લસણુ જવખાર પીપલીમુળ સમ ભાગે એલીયાથી ગોળી ટાં. ૧ા રોજે દિન ત્રણુ લીજે અંતરગળ મટે.

૨૦ મુવેલેા વીછી લાવી તેલ શેર ૦ા માં કરકડાવી એ તેલ અંતર ગળ ઉપર મરદન કરીએ તેા અંતર ગળ મટે.

૨૧ ખેાળ ટાં. ૨ અજમેા ટાં ૨ હળદર ટાં. ૨ સુંઠ ટાં. ૨ એરંડાની મીંજ ટાં. ૨ હીંગ ટાં. ૨ ફટકડી ટાં. ૨ સીંધવ ટાં. ૨ લેાદર ટાં. ૨ સરવે વાટી એકંદર કરી રેાટલેા કરવેા પાણીથી દિન ૭ સુધી બાધે તેા અંતરગળ મટે.

૨૨ હડતાળ ટાં. ૨ સીધવ ટા. ૨ એરસાર ટાં. ૨ એાદારસીંગ ટાં. ૨ એરંડીયું શેર ૦ા ઉનું કરી ચેાપડીએ તેા અંતરગળ મટે.

૨૩ બંગડીખાર રૂ. ૦ા ભાર વડાગરૂંમીઠું રૂ. ૦ા ભાર ફટકડી રૂ. ૦ા ભાર સીધવ રૂ. ૦ા ભાર સંચળ રૂ. ૦ા ભાર સુંઠ રૂ. ૦ા ભાર પીપર રૂ. ૦ા ભાર લવીંગ રૂ. ૦ા ભાર એલાયચી રૂ. ૦ા ભાર નવસાર રૂ. ૦ા ભાર એ સરવે બરાબર વજને લઇ ગેાળમાં ગેાળી-બેાર મેાટાથી જરા નાની કરવી એટલે વજર બુટા જેવડી કરવી પાણી સાથે સાંજ સવાર ખાવી ઉપર દુધ ભાત ખાય તેા અંતરગળ મટે.

૨૪ બદામની મીંજ શેર ૦ા ગાયનું ઘી શેર ૦ા બહેડાની મીંજ શેર ૦ા એકઠું કરી તેને દિન ૫ સુધી અથાવા દેવું પછી દિન ૧માં જાઇ ૧ ભાર ખાય તેા અંતરગળની પીડા મટે.

૨૫ માયું ઘસી તેનેા લેપ કરવાથી અંતરગળ મટે છે.

૨૬ જવનેા આરેા જાઇ ૧ ભાર એરંડાની મીંજે જાઇભાર એ બન્નેને પાણી નાંખી ખદખદાવી લેપ કરી લંગેાટ બાધે તેા અંતરગળ મટે છે.

૨૭ હળદર જાઇભાર ખજુર જાઇ ૨ ભાર તેલ જાઇ ૨ ભાર ને બારીક ઘુંટી લેપ કરી બાધે તેા મટે છે.

૨૮ લવીંગ જાયફળ અકળકરેા ચીનીકપુર સમુદ્રસેાસ હરતાળ ખાટખટુંબડાની જડ (કંદ) ગળજીભીનું મુળ સર્વને વાટીને પાણીમાં ખરડ કરે તેા મટે.

૨૯ હળદર જાઇ ૧ ભાર ખજુર જાઇ ૧ ભાર ખેાલ જાઇ ૧ ભાર તલના તેલમાં ઘુંટી તેનેા લેપ કરે તેા મટે છે.

૩૦ સારણુ ગાંઠ જેમાં આંતરડું પેટમાંથી અંડમાં ઉતરે છે. તે રેાગ જુદેા છે છતાં લેાકેા તેને પણુ અંતરગળમાં ગણે છે તેનેા લેપ બેસા ગુગળ (મહીષ ગુગળ) ધેાડા વજ એરંડાની મીંજ સાબુ મેદાલકડી હળદર હીંગ સાબરસીંગ જુનું ખજુર સુરેાખાર સમ ભાગ લેવું. ગાડરના દુધમાં સારી પેઠે ખલ કરી તેજ દુધમાં અદખદાવી જાડેા ખરડ કરી લંગેાટ મારવેા તેથી સારણુ ગાંઠ ઉપર ચઢે છે.

૩૧ મીણુ જાઇ ભાર, આંબાહળદર જાઇ ૪ ભાર વાટી તેને મીણમાં મેળવી તે મીણુની કુલડી બનાવી તેમાં વૃષણુ ગેાઠવી પારેા બાંધવેા જેથી અંતરગળ મટી જાય છે.

અપસ્માર-વાઈ-ફેફરૂં.

૧ અપસ્મારમાં અરીઠાનું બારીક ચુર્ણ સુંઘાડવાથી બેસુદ્ધી મટે છે.

૨ અરીઠાની ધુણી આપવાથી અપસ્માર મટે છે.

૩ ઘેાડા વજનું બારીક ચુર્ણ મધ સાથે શક્તિ પ્રમાણે લેવું અને દુધ ભાતનું ભેાજન કરવાથી ઘણા દિવસનું દર્દ મટે.

૪ પીપર વજ મરી સીધાલુણ કરંજનાં બીજ હલદર આમળાં હરડે બેઢાં સરસવ સુંઠ અને હીંગ એને બાર પહેાર બકરીના મુતરમાં ખલ કરી ગેાળી કરવી તેનું પાણીમાં ઘસી અંજન કરવાથી અપસ્માર ચિત્તભ્રમ ભૂતાદિદેાષ મસ્તકરેાગ નેત્રરેાગ મટે છે તેમજ શરીરમાં ચૈતન્યપણું આવે છે.

૫ મજીઠના મુળને પલાળી તેનું પાણી આપવાથી અપસ્મારમાં ફાયદેા થાય છે.

૬ માલકાંકણાં અને મરીનું ચુરણ ખાવાથી અપસ્માર મટે છે.

૭ લસણ અને મેથીના સેવનથી અપસ્માર મટે છે.

૮ સરગુવાના પાંદડાંનેા રસ મરી સાથે વાટી અપસ્મારવાળાની આંખ ઉપર લગાડવામાં આવે છે.

૯ હીંગ યેાગ્ય અનુપાનથી લેવાથી સારેા ફાયદેા થાય છે.

૧૦ રાંયણના ઝાડ ઉપર જે બાંદેા હેાય છે (બીજું ઝાડ ઝાડમાં ઉગે છે તેને બાંદેા કહે છે) તેને બરસાદમાં ઘાલી રસ કાઢવેા તેમાં પીપરનુ ચુર્ણ ૭ માસા સુધી રેાગના જોર પ્રમાણે મેળવી તેમાં મધ મેળવી આપવાથી અપસ્માર વાયુ મટે છે.

૧૧ ગંધકની ધુણી નાકમાં આપવાથી સુદ્ધી આવે છે જેને નિરંતર ફેફરૂં આવતું હેાય તેણે આ પ્રમાણે ધુણી લેવાથી થેાડે દિવસે બંધ થાય છે.

૧૨ વાંઝણી કંકેાડીના મુળને ઘીમાં ઊકાળી તેમાં શાકર નાખીને તેનું નષ્ય દેવાથી અપસ્માર રેાગ દૂર થાય છે.

૧૩ કણજીનાં બીજ તેલીયેા દેવદાર સરસવ માલકાંકણી હીંગ ઘેાડાવજ મજીઠ હરડાં બેઢા આમલાં અને ત્રીકટુ તથા રાળ એ સમભાગ લેઇ બકરાના મુતરમાં બાર પેાહેાર ખલ કરી પીવા આપવાથી અને તેનું અંજન કરવાથી અપસ્માર અને ઉન્માદ મટેછે.

૧૪ વાંનરની વીષ્ટા કબુતરની વીષ્ટા તેતરની વીષ્ટાએાનેા નાકે નાસ લેવાથી મૃગી વાયુ મટે.

૧૫ પીપર મરી વછનાગ સુંઠ અને આકડાનાં ફુલ એની ગેાળીએા ખાવાથી વાયુ રેાગ મટે મૃગીનેા વાયુ મટે.

૧૬ અરીઠાના છેાડાને માણસના પેસાબમાંઘસી નાકમાં ટપકાં નાખવાથી મૃગી મટે.

૧૭ ઘેાડાના મુતરમાં ટંકણખાર ઘસી નાકમાં ટપકાં નાંખવાથી મૃગી વાયુ મટે.

૧૮ હાથીના મુતરમાં હીંગ ઘસી તેનાં નાકમાં ટપકા નાંખવાથી મૃગી વાયુ મટે છે.

૧૯ કેરડાના કેાપલાનું ઘી સાથે સેવન કરવાથી અપસ્માર મટે છે.

૨૦ અપસ્મારવાળાને વસ્ત્રગાળ કરેલાખેરજીના ચુર્ણની ભુકી સુંઘાડવાથી સુદ્ધીમાં આવે છે ને ફેફર જાય છે હોશીયારી આવે છે. એનો ધુમાડો કરવાથી ડૌંસ કરનાર ઝીણાં જાનવર ઘરમાંથી જાય છે.

૨૧ નાક છીંકણી અરીઠાની છાલ નવસાર તમાકુ સફેદ મરી કડવી ઘીસોડી અને કળીચુનો એનું વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ સુંઘાડવાથી ઘણી છીંકો આવે છે અને તેથી પિનસ માથાનું દરદ શરદી વિગરે મટે છે. ચકરી આવતી હોય તથા અર્ધ શીશી (આધાશીશી) ના દર્દમાં પણ ચૂર્ણ ઉપયોગી છે. આ ચૂર્ણ નાકે સુઘાડવું અથવા નાકમાં ફુંકારવાથી ફાયદો કરે છે.

૨૨ અપસ્મારમાં બેસુદ્ધ થએલા દરદીના નાકમાં કડવી નાઈના પાંનના રસનાં ટપકાં નાંખવાથી સારો ફાયદો થાય છે તેમજ ડુંગલીના કાંદાનો રસ નાંખવાથી પણ સારો ફાયદો થાય છે.

૨૩ ઈંગોરાની મીંજને વાટી કપડ છાણ કરી ગધેડાના મૂત્રમાં ઘુંટી ગોળી બાંધી છાંયડે સુકવી પછી માણસના પેશાબમાં ઘસી ભુંગળી મારફત નાકમાં નાશ દેવો. કીડો ખરી પડે તો ઠીક, નહી તો બીજીવાર સુંઘાડવું. ફેફરૂં મટે.

૨૪ સુએલું ચામાચીડીયું લાવી તલના તેલમાં કકડાવી મુંગી આવે તે વખતે પાંચ છ ટીંપાં નાકમાં નાખવાં વાઇ આવતી રહે.

૨૫ તીડની હગાર અથવા મરેલા તીડનું કલેવર ટાંક ૩, બકાયણ મીજ ટાં. ૩ મરી ટાં. ૩ લઇ વાંટી ચૂર્ણ કરી આંખમાં આંજવું, મિરગી મટે.

૨૬ બુરાનપુરી મરી અરધો શેર લાવી રીઠા વાણસની અંદર કાળા ગધેડાના મૂતરમાં ભીજવી ડુબતાં રાખી તેને ઉકરડામાં દાટી ૨૧ દિવસ પછી તેમાંથી રોજ પાંચ મરી ચવરાવવાં. ખાટું ખાટું ન ખવરાવવું. નાસ પણ એનો જ દેવો. એમ સાત સાતાં લગી કરવું. ફેફરૂં મ

૨૭ મુવેલું છછુંદર લાકડેથી ઉઠાવી કુલડીમાં ગોઠવી તેમાં આકડાનું દૂધ ભરી સવાપઇસાભાર કાલાં મરી નાખી ગજપુટ દેવો. તે ભસ્મ ભુંગલી મારફત નાક વાટે સુંઘાડવી વાઇ આવતી મટે.

૨૮ ધોળાં મરી પીપર અને અકલકરો એ ત્રણેને ઉંટના પેસાબમાં ઘુંટી આંખમાં આંજવાં.

૨૯ મણુસલ કબુતરની હગાર અને અરીઠું એ ત્રણેને પાણી સાથે સારી પેઠે ઘુંટી તેનું આંખમાં અંજન કરવું.

૩૦ ચકોરની હગાર અને અંઢી મરીયાં એ બેઉને પાણી સાથે ખૂબ ઘુંટી નાશ દેવો.

૩૧ સરસીયા તેલમાં ગળોનો રસ મેળવી તેનાં નાકમાં ટીપાં પાડવાં અને ચાર વાલપૂર તેજ વસ્તુ ૩૦ દિવસ લગી ખાવી.

૩૨ સાત કાળાં મરી અને દૂધેલીનાં ફૂળ એઓની વસ્ત્રગાળ ભૂકી બનાવી સુંઘાડવી.

૩૩ ચબ્બક, ચકોરપક્ષીની હગાર એ બેઉ એ બે ટાંક અને કાળાં મરી ડોઢ ટાંક તથા ચંપાની કળી નવટાંક લઇ તેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી ભુંગળી મારફત સુંઘાવું.

૩૪ કણેરનાં ફુલ, ભેંસના કાનનો મેલ અને ઘોડાનો નખ એ ત્રણેને લીંબુના રસમાં પરતી તેનો નાક માટે નાસ દેવો. (સુંઘાડવું.).

૧૫ અભ્રક શોધન મારણ અને શત પૂટી અભ્રક ભસ્મ. કાલી અભ્રક લાવી કોયલામાં મુકી ભાતાથી (ધમણથી) અથવા ભુંગલીથી ફુકી તપાવી દુધમાં જબકોળી પછી તેનાં જુદાં જુદાં પત્રાં કરી તાંદલજાનો રસ લીંબુનો રસ એકત્ર કરી તેમાં તે પત્રાં આઠ પહોર સુધી પલાળી રાખવાં તેનાથી અભ્રક શુદ્ધ થશે તે અભ્રક તે રસમાંથી બાહાર કાઢી તેની ધાન્યાભ્રક કરી પછી તેને આકડાના દુધમાં એક પહોર ખલ કરી તેની ગોળ ચક્રાકાર વડીઓ કરી તેના આજુ બાજુ આકડાના પાંન વીટી માટીના સરાવસંપુટમાં મુકી કપડ માટી કરી અડાયા છાંણાનો ગજપુટ આપવો એ પ્રમાણે આકડાના દુધમાં એક એક દિવસ ખલ કરી સાત ગજપુટ આપવા. પછી વડની વડવાઇનો કાઢો કરી તેમાં અભ્રક ઘુંટી તેના ત્રણ ગજપુટ આપવા. એ પ્રમાણે અગનીપુટ આપવાથી અભ્રકની સારી ભસ્મ થશે તેમાં સંશય નથી. તેનાથી સંપુરણ રોગ મટે છે મૃત્યુનું નીવારણ થાય છે, ધોલા કેશના કાલા કેશ થાય છે. અને જેવા જેવા અનુપાનમાં આપવામાં આવશે તેવો તેવો ગુણ આપશે.

૧૬ અભ્રક ભસ્મ કરવાની રીત-ધાન્યા અભ્રક કરવાની રીત. અભ્રક ભસ્મમાં ઉપર બતાવ્યા પ્રમાણે ધાન્યા ભ્રક કરી તેના છઠા હીસ્સે નાગરમોથ અને સુંઠનુ ચુરણ કરી તેમાં મેલવી કાંજીમાં એક દીવસ ખલ કરી પછી ચીત્રકના રસમાં ખલ કરી પછી માટીના સરાવ સંપુટમાં ઘાલી કપડમાટી કરી અડાયા છાંણાનો ગજપુટ આપવો. પછી ટાઢી થએ બાહાર કાઢી પછી ત્રિફલાના કાઢામાં રોજ રોજ એમ ત્રણ દીવસ ખલ કરી ત્રણ ગજપુટ આપવા. એટલે રોજ એક ગજપુટ આપવો પછી ચીકણાનો રસ અથવા તેનો કાઢો ગોમુત્ર મુસલીનો કાઢો તુલસીના પાનનો રસ સુરણના રસ એ પાંચ રસ તે અભ્રકમાં જુદા જુદા નાંખવા. અને ખલ કરી એકેકાની ત્રણ ત્રણ ગજપુટો આપવા એ પ્રમાણે ગજપુટ આપવાથી અભ્રકની ભસ્મ થાય છે.

૧૭ સતપુટી અભ્રક ભસ્મ-કાલી અભ્રક થોર આકડો અને વડએનું દુધ કુંવારનો રસ, માણસનું મુતર વડવાઇનો રસ બકરીનું લોહી એમાં મરદન કરી સોપુટ આપવા તેથી પુષ્પ રાગ સરખી નીશ્ચંદ્ર ભસ્મ થાય છે અને દેહની સુદ્ધી કરે છે.

૧૮ અભ્રક ભસ્મ સહસ્ત્ર પુટી-વજાભ્રક લેઇ ખલમાં કુટી તપાવી ગાયના દુધમાં ડુબાવવી પછી લોહ પાત્રમાં ઘી નાંખી તેમાં પરતવી અને તેની ધાન્યાભ્રક કરવી પછી તેને ખલમાં ઘાલી ચોસટ વનસ્પતિનો રસ ક્રમથી નાંખી ઘુંટવી સાંજે ચકરાં કરી તડકે સુકવી રાતે છાંણાનો પુટ આપવો એ પ્રમાણે અભ્રક મારવી. હવે અભ્રકને જે વનસ્પતિના પુટ આપવાના તે વનસ્પતિનાં નામ કહુંછું. આકડો વડ અને થોર એનું દુધ કુંવાર એરંડમુળ કડુ-મોથ-ગળો-ભાંગ-ગોખરૂ-રીંગણી ઊભીરીંગણી સાલપરણી પુષ્ટીપરણી રાઇ ઘોલો અંઘેડો-વડની વડવાઇ બકરાનુ રક્ત બીલી મોટી એરણુ ચીત્રક રેણુરણી દરભ પાહાડ મુળ ગોમુત્ર આમળાં બેદાં વાલા કુંભી તાલીસપત્ર તાડમુળ ભેડુસો આસન અંગથીયો જલભાંગરો કેળનો રસ તપાવેલો ધંતુરો લોદર દેવદાર વૃક્ષ ઉપરના વાંધા ગ્રો ગંડાલી ગ્રો, કાસવાંલો મરી ડાભ કાવળી શંખપુષ્પી રેણુ નાગવેલ પુનરનવા. મજીઠ સર્પફુણી ઇંદ્ર

વારણી ભારંગ દેવડાંગરી કોઠી શીવલીંગી કડુવો પલસ કડુ પડવલ ઉંદરકાની ધમાસો કનેર વરીયાલી ચંદન જેપાલ સતાવરી એ વનસ્પતિનો યથા સંભવ કાઢો કીવા રસ એમાં ઘુંટી સુકવી ગજપુટ અગની આપવો ટાઢું થએ ફરી ઘુંટી ફરી પુટ આપવો એ પ્રમાણે દરેક વેલના સોલપુટ આપવા એટલે નીશ્ચંદ્ર ઇંદ્રગોપ સરખી અરૂણવર્ણું અમૃતથી અધીક જરા વ્યાધીનાસક ભસ્મ થાય છે એ નાના પ્રકારના અનુપાનમાં લેવાથી અનેક વ્યાધી દુર કરે છે અને અજરામરપણું આપે છે માટે તે લેવા યોગ્ય છે અને તે લેનારને અનેક ગુણુ બતાવે છે અને સંપુર્ણ રોગ નાશ કરે છે.

૧૯ અભ્રક અરૂણ ભસ્મ–વજાભ્રકને નાગબલા મોથ–વહતું દુધ કીંવા વડવાઇનો રસ હલદરનું પાંણી મજીઠનો કાઢો એ સપુર્ણ ઓષધની ક્રમથી ભાવના આપવી અને દરેક ભાવનાએ સારોપુટ આપવો એટલે અરૂણ વરણુ ભસ્મ થશી.

૨૦ મૃતનું અમૃતી કરણુ–અભ્રકની ભસ્મ ત્રીફળાનો કાઢો સોળ પળ ગાયનું ઘી આઠ પળ, એ સર્વ લોહ પાત્રમાં એકત્ર કરી મંદાગ્નીથી પચવવું તે સર્વ દ્રવ્ય પીજાય એટલે ભસ્મ લેઈ સર્વ કામમાં યોજવી.

૨૧ મૃતનું અમૃતી કરણુ–ત્રીફળાનો કાઢો સોલમો ભાગ ગાયનું ઘી ૭ ભાગ મારેલી અભ્રક દસ ભાગ એ પદાર્થ એકત્ર કરી મંદાગ્નીથી પચવવા અને અમૃતી કરણું કહે છે.

૨૨ અમૃતી કરણુ–અભ્રક ભસ્મના સમભાગ ગાયનું ઘી મેળવી લોહપાત્રમાં પચન કરવાથી ઘી પી ગઇ એટલે તે ભસ્મ સર્વ કાર્યમાં યોજવી.

૨૩ અભ્રકમૃત ભસ્મ પરીક્ષા–અભ્રકનીશ્ચંદ્ર અને કાજળ સરખી બારીક તે મરેલી જાણવી બાકી જીવંત અભ્રક જાણવી.

૨૪ અભ્રક મૃત ભસ્મ પરીક્ષા–જે અભ્રક નીશ્ચંદ્ર થઇ તે મૃત ભસ્મ અમૃત સરખી અને તેજ સચંદ્ર રહી તો વીષ સરખી મૃત્યુ વ્યાધી અને રોગને કરે છે.

૨૫ અભ્રક ગુણુ–અભ્રક ભસ્મ રોગનાશક શરીરને દ્રઢતા વીર્ય વૃદ્ધી તરૂણપણું–દીર્ઘ આયુષ્ય અને પુત્ર એને આપે છે સો સ્રીથી રમાડે છે અને મૃત્યુનો નાશ કરે છે.

૨૬ અભ્રક ભસ્મ ગુણુ–અભ્રક ભસ્મ કામ બળ આપે છે. અને વીષ વાયુ સ્વાસ ભંગંદર મેહ ભ્રમ પીત્ત કફ ઉધરસ ક્ષય એના ઉપર યથા અનુપાનથી લેવાથી તેનો નાશ કરે છે.

૨૭ અભ્રકભસ્મ ગુણુ–અભ્રકભસ્મ અત્યંત અમૃત છે. વાયુ–પીત–ક્ષય–જરા એનો નાશ કરે છે અને બુદ્ધી પ્રદવર્ણ્ય આયુષ્યપ્રદ બલ્ય સ્નીગ્ધ રૂચીકારક કૃમ અને કફ એનો નાશક દીપન અને શીતવીર્ય એવી છે અને પારાને બાંધનારી છે.

૨૮ અશુદ્ધ અભ્રક દોષ–નહી સોધાયેલા અભ્રકનું ભક્ષણ કરવાથી અનેક પ્રકારની પીડા થાય છે હૃદય તથા પડખામાં અસહ્ય વ્યથા ઉપજ કરે છે ભારે પડે છે ગરમી કરે છે અને કોઢ ક્ષય તથા પાન્ડુ રોગની ઉપત્તી કરે છે.

૨૯ અભ્રકભસ્મ કરવાની રીત–ધાન્યા ભ્રક લેઇ ખલમાં એક દીવસ આકડાન

દુધમાં ખલ કરી પછી તેની ચેપલી કરી સુકવી આકડાના પાંનમાં વીટી સંપુટમાં મુકી ગજપુટ આપવો એમ આકડાના દુધના સાત પુટ આપવા. પછી વડની વડવાઇના કવાથથી ઘુંટી ગજપુટ સંપુટમાં મુકી આપવું તેના પણ સાત ગજપુટ આપવા તેથી અભ્રકભસ્મ સારી થશે.

૩૦ અભ્રક ભસ્મ ગુણ—અભ્રકતુરૂ છે મધુરછે બંહુ ટાઢું છે આયુષ્યને તથા ધાતુને વધારનાર છે અને ત્રીદોષ વૃણ પ્રેમેહ કોડ બરોલ પેટનીગાંઠ ઝેર તથા કમી એઓને મટાડનાર છે જો મારેલું અભ્રક નીરંતર શેવન કરવામાં આવે તો રોગોને મટાડે છે શરીર દ્દ્ઢ થાયછે વીર્યની વૃદ્ધી થાયછે નીત્ય જુવાનીથી ભરપુર સો સ્ત્રીઓની સાથે રમણ થઇ શકેછે લાંબા આયુષ્યવાળા તથા શીંહ જેવા પરાક્રમી દીકરા આવે છે અને મૃત્યુનો ભય મરે છે.

૩૧ અભ્રક ભસ્મ કરવાનીરીત—કૃષ્ના અભ્રકને શુદ્ધ કરી બોરકુળના ઊકાળામાં પલાળી વાટી તેમાં તે અભ્રકના નીચે સુરોખાર અને સુરાખારના સમભાગ ગોળ મીશ્ર કરી ખલ કરી તેની ગોળ બાટીજેવી ગોળી કરી સુકાવી સરાવ સંપુટમાં બંધ કરી એક મહાપુટ આપવું સ્વાંગસીત થયે કાઢી વડવાઇના ઉકાલા સાથે ખલકરી પ્રથમ પ્રમાણે સંપુટમાં મુકી ગજપુટ આપવું એવા પાંચપુટમાં શુદ્ધ રાતુ ભસ્મ થશે અને સર્વે ઉક્ત રોગોપર આપવું.

૩૨ અશુદ્ધ અભ્રક ભક્ષણના વીકારની શાન્તી, આમલાં પાણીમાં વાટી પીએ તો ત્રણ દીવસમાં અભ્રક વીકારથી મુક્ત થાય.

૩૩ અભ્રક ભસ્માનુપાન. એક ચનોઠીભાર અથવા બે ગણુ અથવા ચાર ચનોઠીભાર અભ્રક ભસ્મ અનુપાત સાથે આપવું મધપીપરસાથે ખાવાથી વાતરોગ પીતરોગ કફરોગ કોડ જીરણ જ્વર અરૂચી કફક્ષય પરમીયા ઉધરસ સ્વાસ વીભ્રમ એટલે જે રોગમાં શરીરાદી સર્વે પદાર્થ ફરતા દેખાય છે તે કમળો વાયગોળો પાંન્ડુ રોગ અને સંગ્રહણીનો નાશ કરે છે. વાવડીંગ સુંઠ મરી પીપર સાથે ખાધેલું અભ્રક બુદ્ધી અને વીર્યની વૃદ્ધી કરી પાંન્ડુ સંગ્રહણી જ્વર ક્ષય શ્વાસ અરૂચી આમ કોડ સંગ્રહણી કોઢ શુલ પ્રમેહને ઉધરસનો નાશ કરે છે. સોનાના વર્ક સાથે ખાધેલું ક્ષય રોગનો નાશ કરી ધાતુ વૃદ્ધીને કરે છે. હરડે અને ગોળ સાથે ખાધેલું અભ્રક વાત રક્ત અને દાડમની છાલને સાકર સાથે ખાધેલું રક્તપીતનો નાશ કરે છે. હરડાં બેહડાં આમલાં સુંઠ મરી પીપર તજ તમાલપત્રે એલચી શાકર ને નાગકેશર એનું ચુરણ અને મધ સાથે ખાધેલું અભ્રક ભસ્મ ક્ષય રોગ અને પાંન્ડુ રોગનો નાશ કરે છે. ભોંયઆમલી સાકર ગોખરુ અને એલચીના ચુરણ સાથે અભ્રક ભસ્મને મેલવી ગાયના દુધ સાથે ખાય તો મુત્રકૃછ અને પ્રમેહનો નાશ કરે છે. સાકર અને ગળોના સત્વ યુક્ત પ્રમેહોનો તથા ત્રીફલાનુ ચુરણ મધ અને ઘી સાથે ખાધેલું અભ્રક વીર્યની વૃદ્ધી કરે છે અને નેત્ર રોગનો નાશ કરે છે. ભીલામાના સાથે ખાધેલું અભ્રક ભસ્મ અનેક પ્રકારના અર્શ રોગનો નાશ કરે છે તથા ભાંગના ચુરણ યુક્ત ખાધેલું વીર્યના બંધેજને કરે છે. ભારંગ પુષ્કર મુળ સુંઠ આસન અને મધ સાથે ખાધેલું અભ્રક ભસ્મ વાત રોગનો તથા કાયફળ પીપર અને મધયુક્ત કફ રોગનો નાશ કરે છે. સર્વ ક્ષારની સાથે ખાધેલું અભ્રક જઠરાગ્નીને પ્રદીપ્ત કરી મુત્રાઘાત અને મુત્રકૃચ્છનો નાશ કરે છે. લવીંગ ને મધ સાથે

ખાધેલુ અભ્રક વીર્યની વૃદ્ધી કરે છે. ગાયના દુધ અને સાકર સાથે ખાધેલુ પીતરોગને મટાડે છે.

૩૪ અભ્રક ભસ્માનુ પાન સુદ્ધ અભ્રકની ભસ્મ બે વાલ પીપર મધ સાથે આપવાથી પ્રમેહ શ્વાસ વીષકોડ વાયુ-પીત કફ ઉધરસથી ક્ષીણતા ક્ષત ક્ષય સંગ્રહણી પાન્ડુ ભ્રમ કાવીલ અને ગુલ્મનો નાશ કરે છે એ યથાનુપાનથી લેવાથી મૃત્યુને પણ જીતે છે અભ્રક ભસ્મ પ્રમેહ ઉપર મધ પીપર સાથે ક્ષય ઉપર સોનાના વર્ક સાથે ધાતુ વૃદ્ધી ઉપર સોના અને રૂપા સાથે કીંવા લવીંગ મધ સાથે પીત રોગ ઉપર ગાયના દુધ અને સાકર સાથે અભ્રક ભસ્મ યથા અનુપાનથી-પથ્ય સહશેવન કરવાથી વલ્લી પલીતનો નાશ થાય છે અને સો વરસ જીવે છે અભ્રક ભસ્મ સુઠ મરી-પીપર અને ઘી સાથે એક વાલ શેવન કરવાથી ક્ષય પાન્ડુ રોગ સંગ્રહણી કોઢ સંપુર્ણ શ્વાસ પ્રમેહ અરૂચી દુરધર ઉધરસ મંદાગ્ની પેટનુ શુળ અને શોષનો નાશ કરે છે અભ્રક ભસ્મ સીવાય બીજુ જરા અને વ્યાધી નાશક ઔાષધ નથી

૩૫ અભ્રક શેવન કરનારે ખાટું ખારૂ દ્વદાલ (દુલામા પાકતુ અનાજ)-કાકડી કારેલા વંતાક, ને પતી, અને તેલ એ પદાર્થ વર્જ કરવા

૩૬ અભ્રક સત્વ પાતન. અભ્રકનુ ચુરણ એક દીવસ કાંજી એક દીવસ સુરણના રસમા રાખવુ પછી કેળના કાંદાના રસની ભાવના આપવી અને ચોથા ભાગે ટંકણખાર નાના માછલામા મેલવી ભેસના છાણથી ગુટીયાં કરી સુકવી કલેડામા મુકી ભારી પેઠે અગ્ની આપવાથી અભ્રકનુ સત્વ પડે છે તે સર્વ ગોળો કરી પંચ મિત્ર સાથે મેળવી મુષમા મુકી અગ્ની આપવાથી તેની કાંસા સરખી લગડી થાય છે તે સત્વપારદના જારણ વીષે યોગ્ય છે અને સંપુર્ણ લોહ કરતા ગુણમા અધીક છે.

૩૭ પંચમીત્ર ઘી મધ ગુગળ ચનોઠી ને ટંકણખાર એ પદાર્થ પંચમીત્ર સંજ્ઞક છે

૩૮ અભ્રક સત્વ ગુણ-અભ્રકનુ સત્વ શીત ત્રીદોષ નાશક રસાયન પુંસત્વકારક વયસ્થાપક, એવુ છે આ અભ્રક સત્વ સરખુ બીજુ ઔષધ આ ભુમંડલમા નથી.

૩૯ અભ્રક કલ્પ-અભ્રક ભસ્મ આમલા સુઠ મરી પીપર વાવડીંગ એ પદાર્થ સમભાગે એકત્ર કરી એક વરસ સુધી નીરક પ્રમાણે ભક્ષણ કરવુ (પાયલી ભાર) બીજે વરસે દુપટ ત્રીજે વરસે ત્રીપટ એ પ્રમાણે ભક્ષણ કરવાથી વજ્ર દેહી મોહા બલવાન થાય છે ત્રણ મહીને રક્ત વીકાર ક્ષયકાશ પાંચ પ્રકારની ઉધરસ હૃદય રોગ ગોળો સંગ્રહણી અર્શ આમવાત શોષ પાન્ડુ રોગ અને મૃત્યુ જેવો મહા વ્યાધી વાત પીત કફ એનાથી થએલા વીકાર અને અઢાર જાતના કોઢ એનુ પથ્યયુક્ત શેવન કરવાથી નાશ પામે છે

ચિન્હ ને લક્ષણ—કોઇવાર લાલ ચોળ લોહીને ગઠા જાયછે, તે સાથે નબળાઇ વધતી જાયછે, દરદી ગાફલ થવા માંડેછે, વખતે તેને ઉલટી થાય છે, ચક્કર આવેછે, તેનું શરીર થડું પડવા માંડેછે, આચકી આવેછે, તેનો જીવ ઉંડો ઉતરતો લાગેછે, મોઢું સુકાઇ જાય છે, ઇત્યાદિ રક્તસ્રાવના ચિન્હો થાયછે.

ગર્ભાધાનમાં ને સુવાવડમાં થતી આંચકી

(Puerperal Convulsions)

કેટલીક સ્ત્રીઓને ગર્ભાધાનના પહેલા આઠ મહિનામા આચકી આવેછે, તે ઘણુંકરીને હિસ્ટીરીઆની હોય છે, જેઓને વાઇનો રોગ હોય છે, તેમને વાઇની આચકી આવેછે પણ છેલ્લા એટલે નવમા મહિનામા જે આચકી આવેછે, તે ઘણે ભાગે વાઇને મળતી આચકી હોય છે હિસ્ટીરીઆને મળતી આચકીને માટે હિસ્ટીરીઆનો વિષય જોવો. આ સ્થળે તો વાઈની જાતની જે આંચકી પ્રસવ પહેલાં, દરમ્યાન અગર પછી થાયછે, તે સમજવાનીછે, જે સ્ત્રીઓને હાથે ને મોઢે સોજા અગર ફેફર ચડી હોય તેને આચકી થવાનો વિશેષ સભવ છે, માટે તેમણે આગળથી ઇલાજ લેવા જ

કારણ:—સગર્ભા સ્થિતિને લીધે પેટની ધમની ઉપર દબાણ થાયછે, અને તેથી તે તરફ જતું લોહી અટકાવાથી મગજ તરફ લોહીનુ જોર થાય છે વળી બરડામા રહેલ જ્ઞાનતંતુઓ અને તેને લગતી રક્ત નળીઓ ઉપર પણ ગર્ભને લીધે દબાણ થાય છે, આથી આચકી થઇ આવે છે તેવીજ રીતે જ્યારે મગજ ઉપર અને કરોડ રજ્જુ ઉપર લાંબા વખત સુધી રહેલ થોડુ એક દબાણ એકદમ દૂર થાયછે ત્યારે પણ આચકી થાયછે જે સ્ત્રીઓ લોહીઆળને પુષ્ટ હોય છે, તેમને પહેલા કારણથી આચકી થવાનો સભવ છે, અને જેઓ લોહી વિનાનીને દુર્બળ હોય છે તેમને બીજા કારણથી આચકી થવાનો સભવ છે બન્નેમા જ્યારે રક્તનળીઓની સ્થિતિસ્થાપકતા ઓછી થાય છે, ત્યારે આચકી ઉત્પન્ન થાય છે અતિશય લોહી જવાથી આચકી થાય છે, તેનુ કારણ પણ એજ છે

જ્યારે મગજની રક્ત નળીઓ ઢીલીને નબળી પડી હોય છે, ત્યારે એકાએક કાઇ મનોવિકાર થવાથી લોહીનુ જોસ વધી જાય છે, અને આચકી ઉપડે છે વળી ગર્ભને લીધે જ્યારે શ્વાસોશ્વાસ બરાબર છુટથી લેવાતો ન હોય, ત્યારે લોહી જોઇએ તેટલુ સ્વચ્છ થતુ નથી, અને તેથી આચકી થાય છે લોહીનું આલ્બ્યુમીન પેસાબ વાટે જતુ રહેતું હોય, કે લોહીમા મળમુત્રના વિષ અગર તો એવા બીજા વિષ ભળતા હોય તો તેથી અને ધાવણથી ચડતા તાવને લીધે આચકી થાય છે

જે સ્ત્રીઓનો બાંધો અને સ્વભાવ નાજુકને પોચો હોય છે, જે સ્ત્રીઓને નાનપણમા આચકી, હીસ્ટીરીઆ કે વાઇ આવતી હોય છે, અગર જે સ્ત્રીઓને દર પ્રસવ વખતે આચકી થતી હોય છે તેવી સ્ત્રીઓને આચકી થતી વધારે જોવામા આવે છે આ દરદવાળી સ્ત્રીને કેટલીકવાર સોજા ચડ્યા હોય છે, અને કેટલીકવાર તેના પેસાબમા આલ્બ્યુમીન વધારે અને યુરીઆ ઓછો જતો હોય છે

સૌથી મોટું અને પ્રબલ કારણ ગર્ભાશય અને તેવા બીજા અવયવોનો ક્ષોભ

સુપ્રસિદ્ધ વઈદ જેઠાભાઈ જાદવજી શાહ કચ્છ માંડવી નાગલપુર વાળાના

અમુલ્ય ઔષધો.

અમૃતસજીવન ગોળીઓ.

શરીરના ગુપ્ત અવયવોની નસો શરમાઈ જવાથી પુરૂષત્વનો નાશ થાય છે, વીર્યનો નાશ થવાથી, ખરાબ સોબતથી, હસ્તદોષ, સ્વપ્નદોષ, કુચેષ્ટા તેમજ બીજા ઘણા કારણોથી થએલ નામરદીનો નાશ કરી વીર્યને પુરતા જથામ વધારી તાકત આપે છે તેમજ સર્વે જાતના પ્રમેહના દરદોને મટાડી, લોહી સુધારી, વીર્યને ઘટ બનાવી, જ્ઞાન તંતુને સતેજ કરી, પેશાબમા, સ્વપનામા અગર બીજા કોઈ પણ કારણથી થતા ધાતુપાતને બંધ કરી ખરૂં અને કાયમનુ પુરૂષત્વ આપે છે, વળી પાચનશક્તિ સુધારવી અને દસ્તને સાફ લાવવો એ તેના ખાસ ગુણ છે, રોગીને રોગથી મુક્ત કરનાર અને નિરોગીને દીરઘાયુ કરનાર આ એક ઉતમ ઔષધ છે   કીમત ગોળી ૪૦ ની ડબી ૧ નો રૂ ૧

સ્વદેશી મંજન.

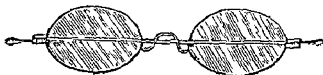
આ મંજન હમેશા દાંતોને લગાડવાથી મોઢાના તમામ દરદોને મટાડી મોઢુ સ્વચ્છ કરી દાંતોને મજબુત બનાવે છે, કીમત ડબી ૧ ના આના ૪

દરેક દવાઓનુ પોસ્ટેજ ઓ વી પી ખર્ચ જુદુ પડશે

મળવાનું ઠેકાણું—એમ. જે. વૈદ્યની કું

કચ્છ માંડવી ઈસ્પીતાલ.

ખરા પેબલના ચસ્મા.



વિલાયતમા પાસ થયેલા આંખના ડાક્ટર બળવંતરાય નરસિંહરાય કાનુગા એલ, એમ, એન્ડ એસ અને એલ, આર સી, પી ને અમારે ત્યા ડાકટરી ચસ્માની પેટીમાથી આંખ તપાસી ચસ્માનો નંબર મફત કાઢવા માટે રોકવામા આવ્યા છે **મોતીઆના** ચસ્મા તથા કમ્પાઉન્ડ ગ્લાસ પણ અમારે ત્યાથી દરેક જાતના મળે છે સદ્‌ગૃહસ્થો તથા બાનુઓની સગવડ માટે ઘેર બોલાવવાથી ડાકતરી ચસ્માની પેટીમાથી આંખ તપાસી ચસ્માનો નંબર મફત કાઢવામાં આવે છે અમારે ત્યાથી લીધેના પેબલના ચસ્માનો નંબર એક વરસ સુધી પૈસા લીધા વિના ફેરફાર કરી આપવામા આવે છે એક વરસ પછી અમારે ત્યાથી લીધેના ચસ્મા અગર જુના પેબલના ચસ્માનો નંબર ફક્ત રૂપીઓ એક લઈ કાચ ફેરફાર કરવામા આવે છે ખાસ જૈનના સાધુ સાધવીઓના માટે નફો લીધા વિના ચસ્મા આપવામા આવે છે

એન હોલની સઘળી દવાઓ અમારે ત્યાંથી મળશે.

ચુનીલાલ મયાચંદ મહેતા—અમદાવાદ, ત્રણ દરવાજા નં ૩૬૧૪.

રૂ. ૧૦૦) ઈનામવાળી.

કોઈપણ જાતનો તાવ એટલે હાડવો, એકાંતરીઓ, ચોથીઓ, ઉનો, ટાઢીઓ ને ચાલતા જમાનાના નવી નવી જાતના ઉડતા તાવ અમારી દવાથી ન ઉતરે તો લીધેલા પૈસા પાછા આપીશું. કોઇ એમ સાબિત કરી આપશે કે વૈદ ગિરધરલાલ કહાનજીની દવાથી ચોથીઓ તાવ ન ગયો તો તેને રૂ. ૧૦૦ ઇનામ આપીશું. ગોળી ૪૨ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧-૦-૦.

પ્લેગની રામબાણ દવા.

પ્લેગથી બચવાને સર્વોત્તમ આ ગોળી છે, પ્લેગની ખરાબ હવામાં નિરોગીને આ ગોળી એકદમ રામબાણની માફક આરામ કરી આપે છે. આ ગોળાથી અમે પ્લેગના ઘણા કેસો સુધાર્યા છે માટે પ્લેગથી બચવું હોય અને અમારી ઉપરની દવા વાપરી ખાત્રી કરવી હોય તેણે આ દવા ખરીદી રાખવી. ગોળી ૪૮ ની ડબી ૧ ની કિમત રૂ. ૧-૮-૦

પરમીઆની રામબાણ દવા.

આ દવા તમામ જાતના પરમીઆ મટાડે છે. ઇદ્રિમાં થતી બળતરા અને ચાલતું પરૂ (રસી) બંધ કરે છે, સોજો ઉતારે છે, ટીપે ટીપે આવતો પેશાબ સાફ લાવે છે, કળતર અને પેટનો દુખાવો મટાડે છે, નીચેની રગમાં જે દરદ થાય છે તેને તરત આરામ કરે છે. તેમજ ધાતુ વધારી શક્તિ આપે છે અને સાંધાના દુખાવા મટાડે છે. યાને પરમીઆથી થએલ તમામ દરદોનો તાકીદે નાશ કરે છે. ડબી ૧મા ગોળી ૧૬ શીશી એકની કિંમત રૂ ૨-૪-૦

ઘણા રોગોને ઝટ આરામ કરનાર.

શક્તિ-સજીવન-વીર્યનો ઝરો.

કોઇ સખસ એમ સાબિત કરી આપશે કે આ દવામાં શક્તિ લાવવાનો અને વીર્ય વધારવાનો ગુણ નથી તો તેને રૂ. ૧૦૦) ઇનામ આપીશું.

કમતાકત થયેલ ઈંદ્રીયને તાકત આપી સતેજ કરવાનો શક્તિ-સંજીવનમાં ખાસ ગુણ છે. પેશાબમાં, બગલમાં, મોઢેથી અને ઇદ્રીયથી જતી ધાતુ શક્તિ-સજીવન બંધ કરે છે. નપુંસક થઈ ગયેલા મરદને શક્તિ-સંજીવન પુરૂષાતન આપે છે બરડાની ફાટ, કમરનો દુખાવો, પગનું કળતર, સધીવા, ક્ષય, જુનો મરડો, ખાંસી, વાયુના રોગો, મંદાગ્નિ, અજીરણ કબજીઆત પિત્તકમળી, કમળો, પિત્તપાડુ. જીર્ણજ્વર વીગેરે ઘણા દરદોનો નાશ કરે છે. સ્ત્રીના ગર્ભાશયનાં દરદો ને થતો ગર્ભપાત અટકાવે છે. વાંઝણીને શક્તિ-સંજીવનનું સેવન કરવાથી (છોકરાંની) પ્રાપ્તી થાય છે. શક્તિ-સજીવન ધાતુના તમામ દોષ મટાડી સ્ત્રી, પુરૂષ, બાળક અને વૃદ્ધને પુષ્ટ, તેજસ્વી, કાન્તીવાન, બળવાન બનાવે છે. ગોળી ૪૨ ની ડબી ના રૂ. ૨-૮-૦.

આ સિવાય તમામ દરદોની દવા અમારા ઔષધાલયમા મળે છે, જે વી. પી. થી મોકલવામાં આવશે. પરદેશથી મંગાવનારાએ નીચેને સરનામે જીલ્લો, તાલુકો, પોષ્ટઓફીસ સાથે પત્ર લખવું. જાતે લેનારને અમદાવાદમાં ત્રણ દરવાજે માણેકલાલ ફકીરચંદની દુકાનેથી લેવી.

વૈદ્ય શા. ગિરધરલાલ કહાનજી.

મુ. ધોળકા, જી. અમદાવાદ.

મહાનારાયણ તેલ.

આ તેલના સેવનથી બધા શરીરની પીડા, લકવો, અડધા શરીરનું ઝલાઈ જવું, એક હાથનું ઝલાઈ જવું, એક પગનું ઝલાઈ જવું, હમેશાં શરીરનું કંપવું, ડોકનું રહી જવું, દાઢીનું ઝલાઈ જવું, કેડનું દર્દ, સંધીવા, કુબડાપણું, લૂલાપણું, જીભનું ઝલાવું, હાડોનું તૂટવું, હાથ પગોનું કંપવું, શરીરનું કળતર, શૂળ, ગોઠણની પીડા, અડદીઓ વા, અને બધી જાતના વાયુ રોગ વગેરે મટી જાય છે. જે વાયુ રોગ કોઈ પણ દવાથી મટેલ ન હોય તે આ તેલથી અવશ્ય મટી જાય છે.

પોષ્ટિક મોદક.

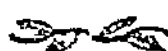
સોનું કસ્તૂરી વગેરે તુરત અસર કરનારી ઘણા મૂલ્યવાળી ઔષધિઓ મેળવીને આ પાક તૈયાર કરવામાં આવ્યો છે. આની બે ત્રણ માત્રા સેવન કરતાંજ અપૂર્ણ આનંદનો ઉદય થાય છે. ઇંદ્રિયોમાં સામર્થ્ય, મનમાં ઉત્સાહ અને શરીરમાં અતુલ બળનો સંચાર થાય છે. આનું કેટલાક દિવસો લગી સેવન કરવાથી ધાતુક્ષીણતા, નપુંસકતા, અને પ્રમેહ વગેરે રોગો દૂર થઈ દેહને રૂષ્ટ પુષ્ટ બલિષ્ટ કરે છે. ઘણું કરીને શીયાળામાં શોખીન લોકોને માટે આ ચીજ ઉત્તમ છે. કીમત ૨૦ લાડુના બે રૂપિયા છે. કામેશ્વર મોદક ઘણાજ પુષ્ટિકારક છતાં ૩૨ મોદકના બે રૂપિયાજ છે. બદામ પાક શેર ૧ ના ૪ રૂપીયા, સોપારી પાક શેર ૧ ના ૪ રૂપિયા, સૌભાગ્યશુંઠીપાક શેર ૧ ના ૩ રૂપિયા છે. ટપાલ ખર્ચ જુદું.

સ્ત્રીસંજીવન શંકર ઘૃત.

આ પરમ કલ્યાણ કરનાર ઘીનું સેવન કરવાથી સ્ત્રીઓનો ધોળો પ્રદર (ધોળી ચૂના જેવી ધાતનું છુપા ભાગથી પડવું.) લોહીવા (છુપા ભાગમાંથી લોહીનું પડવું.) અરૂચિ, શરીરની પીડા, મૂર્છા, પાચ સાથે ધાતુનું પડવું, શરીરની દુર્બળતા, કેડમાં પીડા થવી અને બેચેની એ બધા વિકારો દૂર થઈ શરીર નિરોગી અને સોના સરખું નિર્મળ તથા સુંદર થાય છે. તેમજ પ્રજા ઉત્પન્ન થવાની શક્તિ પેદા થાય છે. જે સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહેતો નથી. અથવા રહીને પડી જાય. (ગર્ભપાત થાય) છે, તેઓના બધા દોષો દૂર કરી ઉત્તમ સદ્‌ગુણ સંપન્ન સુંદર સંતાનની પ્રાપ્તિ કરાવે છે. મૂલ્ય શીશી ૧ ના બે રૂપિયા અને ટપાલ ખર્ચ ૨ આના છે. મળવાનું ઠેકાણું.

શંકરલાલ હરીશંકર.

"આયુર્વેદોદ્ધારક ઔષધાલય." મુરાદાબાદ.



વિષયોની અનુક્રમણિકા.

ગ્રાહકોને અગત્યની સુચના.

ધન્વંતરી માસીકનુ ત્રીજુ વર્ષ અર્ધું પુરૂં થવા આવ્યુ છે. લવાજમનાં નાણાં કેટલાક ગૃહસ્થ તરફથી આવ્યાં નથી. કેટલાક સદગૃહસ્થોએ ગ્રાહક રહેવા માટે કબુલત મોકલી છે. બે વરસના અનુભવથી અમને જણાયું છે કે આખા વરસ સુધીના માસીકના અંકો લીધા પછી પણ કેટલાક ગૃહસ્થોએ માસીક રીફ્યુઝ કરી કાઢયાં ને લવાજમ બાકી રહ્યું છે. જેથી આ વર્ષે અમને વેલાસર વી. પી. કરવાની જરૂર પડી છે કે તેવો પ્રસંગ આવે નહી માટે જે ગ્રાહકો તરફથી લવાજમનાં નાણાં મે આખર નહી આવે તેમના તરફ જુનનો અંક વી. પી. થી મોકલવામાં આવશે.

તંત્રી.

REGISTERED No. B 778.

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાના નૂતન શોધખોળોના
ઉત્તમ રહસ્યોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતું લોકપ્રિય વૈદ્યકીય માસિક

ધન્વંતરી.

DHANVANTARI.

દરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.]	જુન, ૧૯૧૦.	અંક ૬ ઠ્ઠો.

સદ્ગત તંત્રી—ડૉ. મંજુલાલ ભોગીલાલ કંથારીઆકર.
એમ. સી. પી. એસ. એમ. સી. એચ. સી. (કલકત્તા.)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મેસીના માલેક,
ભોગીલાલ ત્રીકમલાલ વકીલ.
વીશનગર—ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોસ્ટેજ સાથે અગાઉથી ૨-૦-૦, છુટી નકલના ૦-૩-૦.

સોરઠો.

મોજ મજાહમાં રોજ, રહેવું હોય જો શ્રીવરી;
ખોજ સહિત પતિરોજ, તો વાંચો "ધન્વંતરી."

"શ્રી સત્યનારાયણ" પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ—શ્રીકાંત—અમદાવાદ.

લવાજમની પહોંચ.

ધન્વંતરી માસીકના ગ્રાહકોને વી. પી. થી મંગાવવાથી પહોંચ મળે છે અથવા મનીઓડર મોકલવાથી લવાજમની પહોંચ મળે છે. અગર પત્રથી ખબર અપાય છે પણ ફોરેનટેરીટરીમાં એ પ્રમાણે થઇ શકતું નથી માટે ત્રીજા વરસનું લવાજમ વસુલ આવે છે. તેના નામ.

૨-૦-૦	રા. રા. કુંવરજી માવજી વાસકોડાગામા.	
૩-૧-૦	રા. રા. રણછોડભાઈ વાહાલજીભાઇ જહાનેસબર્ગ સાઉથ આફ્રીકા.	
૨-૪-૦	રા. રા. ભાણાભાઇ છનાભાઈ	સદર
૨-૪-૦	રા. રા. રામભાઇ ફકીરભાઈ	સદર
૨-૪-૦	રા. રા. લલુભાઇ હીરાભાઇ.	સદર
૨-૪-૦	રા. રા. જી. કે. પટેલ.	સદર
૨-૪-૦	રા. રા. ભીખાભાઈ કરશનજી	સદર
૨-૦-૦	રા. રા ચીમનલાલ છોટાલાલ દરર એબીસીનીયા ઇષ્ટ આફ્રીકા હાવ કડી.	
૧-૭-૦	મેસર્સ એ. એમ. મહમદઅલી એન્ડ કો૦ એડીસાઅબીબા એબીસીનીયા.	
૨-૦-૦	ધી ઇન્ડીયન લાયબ્રેરી દરર	



आज तक नहीं छपा.

भारतीय मतदर्पण.

अर्थात् एकही पुस्तकमें तमाम धर्मोंका वर्णन, कर्त्ता और श्री परमहंसजी (मालसर) का चित्र सहित मूल्यकाचा पूठा १, पाका १॥, बुद्ध, जैन, शंकर, रामानुज, रामानन्द, माध्व, निंबार्क, विष्णुस्वामी, वल्लभ, गौड, हरिव्यासी, राधावल्लभी, कबीर, राधास्वामी, रामसनेही, नानक, दादू, ब्राह्म. सिंह, रविभाण, धामी, चरुला, स्वामीनारण, नृसिंह, एकनाथ, महानुभाव, गोपीनाथ, कुबेर, संतराम, सतनामी, कुंमी, लिंगायत, नाथ, चार्वाक, जंगम, गुरड, बावादेव, भैरव, शाक्त, चोली, बीजमार्गी, मार्गी, निरंजनी, प्रार्थना, सनातन, भारतधर्म, थियोसोफी, धनु, उदा, धामी, मटिया, मरुवा, हिंद, दयानन्द, पारसी, यहुदि, ईशु, महमद, पंचमकारी, भाभाराम, गहरगंभरि, अखा, फ्रीमेसन, चरणदासी, बावामियां, निरांत, कूडा, याहूल, गरुड, देव, पुराणिक, नाथाकाका, इत्यादि अनेक मतोंके अतिरिक्त हिन्दके तमाम राजा और उनकी उपज तथा तोपोंकामान् इसके अतिरिक्त कलकत्ता इलाहाबाद के हाइकोर्टोंके निर्णयोंका हक आदि अनेक विषय भरपूर, मतलबकी कर्त्ताने, सागरको गागरमें भरा है.

मिलनेका पत्ता.

अंबालाल H. व्यास.
ठि. भैंसपोल पो. वीसनगर.
(नार्थ गुजरात) R. M. R.



ધન્વન્તરી

SHRI DHANVANTARI

धन्वन्तरिं धृतकरामृत पूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकल सिद्धसुरेन्द्रवन्द्यम् ॥
वन्देऽरविन्दनयनं मणिमाल्यमायुर्वेदप्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમા અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર ધારણ કરનારા, સર્વે સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખા નેત્રવાળા, મણિમાળાને પ્હેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક અને વળી જેમના નામનુ સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે, એવા શ્રી ધન્વંતરી ભગવાનને હુ નમન કરુ છુ

"Mens sana in corpore sano" "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૩ જું.] જુન ૧૯૧૦. [અંક ૬ ઠ્ઠો

"सोहं."

(બનનાં હરીદાસા હરીદાસા એ રાગ)

સમરણ સોહંકા સોહંકા, જ્યાં બજે અનાહત ડંકા.
આસન બાંધી સુરતિ સાધી, ચતુર દિલે ચિતલાયા,
મૂળાધર પૃથ્વી રંગ પીળા, દેવગણપતી રાયા-સમ.
અક્ષર ચાર વિચારો મનમે, વ શ ષ સ વરણા.
ખટસે જાપ અજપાજપકે, ઉનકુ અર્પણ કરણા-સમ
ઉતપત કારા ખટ દલ સારા, શ્વેત રંગ જલ જાના,
બ્રહ્માનનકી જોત જગી, ખટ હજાર દિયા દાના-સમ
ખટદલમે ખટ અક્ષર દેખો, બ ભં, મ આભાસા,
યં ર લં કું જાનો લક્ષમે, બેસ બન્યા હૈ ખાસા-સમ.
નાભીસરોજ દશ દલ ખીલ્યાં, તેજ તત્વકા તાપા.
લાલ રંગમે લક્ષ્મીનાયક, ખટ હજાર જાપા-સમ.
ડં ઢં ણં તહાં અક્ષર દેખી, તં થં દં ધં નાસા;
નં પં ફં કૂં ફિર પર પેખ્યા, કટયા કર્મકા પાંસા-સમ

હૃદે વિચારા દ્વાદશ આરા, શિવ શક્તિકા દ્વારા;
નીલ રંગ મારૂતકા માંહી, ઝગમગ જ્યોતિ ઉજારા–સમ. ૭
ખટ હજાર તહાં જાપ અરપનકુ ક, ખ, ગ, ઘ, વરણા;
ઙ, ચ, છ જ, તહાં નિવાસા, ઝ ઞ ટ ઠ કરણા–સમ. ૮
કંઠે કંજ શોડ સરંજ, પત્ર કળા પરમાના;
શ્યામ રંગ આકાશ તત્વકા, જીવ જ્યોતીકા થાના–સમ. ૯
સહસ્ત્ર જાપ ત્યાંહાં જપો અજંપા, ષોડશ વર્ણ વિચારા;
અ આ ઇ ઈ ઉ ઊ ઋ ૠ, ऌ ॡ એ ઐ સારા–સમ. ૧૦
ઓ ઔ અં અઃ ઉનકે માંહી, એ સ્વર ખટ દશ કરાવે;
ઉનકા ધ્યાન ધરે નર જેહી, સો ભવ જલમેં નાવે–સમ. ૧૧
ભૃકુટી ચક્રે દ્વિદલ પત્રે, વાકે નિર્મલ રંગા;
હં ક્ષં, અક્ષર રહે નિરંતર, ચિદ શક્તિતા સંગા–સમ. ૧૨
સહસ્ત્ર જાપ તહાં કરો નિવેદન, પરમ ગુરી પદ તાંહીં;
બજે અનાહત નાદ નિરંતર, અમૃત બરસે જાંહીં–સમ. ૧૩
બ્રહ્મરંધ્રકા ભેદ અપારા, દલ હજાર તહાં દરસે;
સહસ્ત્ર જાપ તહાં જ્યો જુગતસેં, પરમ જ્યોતિકું પરસે–સમ. ૧૪
સબ અક્ષર અવ્યક્ત રહે તહાં, અકલ અનુપમ રંગા;
કોટીક રવી શશીતેજ કહાવે, પરમ પુરૂષકે સંગા–સમ. ૧૫
ઉનકે આગે લક્ષ અલોકીક, સદગુરૂ ભેદ બતાયા;
છોટમ શ્રી ગુરૂ દેવ પ્રતાપે, અચલ અભય પદ પાયા–સમ. ૧૬

The Science of Nature-Cure.

Lecture Delivered by Dr. Benedict Lust N. D., Before the German Nature-Cure Society in New York.

It is not the first time that I have the honour to appear before you and to lecture about "The Science of Nature-Curè". We know that this country has been called that of inventions, but none of these is so grand, so far-reaching as "The Science of Nature-Cure".

The essence of most inventions is profit & advantage, but Nature-Cure aims at the physical, and consequently, at the

spiritual & intellectual well-being of man: a healthy, strong constitution is the foundation of happiness; a man healthy in body & soul is able to face any emergency; energy & will-power will always be at the command of any well-balanced man or woman. As the science of Nature-Cure is new to some I have to demonstrate it.

Ladies & Gentlemen: You may be familiar with the fact that the views about sickness & diseases have lately changed. If we compare the diseases of our time with those of the middle ages, and those of the old Germans, everybody will admit that with every year new diseases come up. The more we go back to the primitive conditions of humanity, the healtheir & stronger were the people. When still at school I asked my teacher what is the reason "that the old Germans were so healthy & strong?" And he answered: "Hardening".

The key-note of Nature-Cure is "Without hardening no strong health." The old Persians, Romans, and Greeks hardened their bodies, even by the command of the Government-nature alone was their guide, not physicians. Some will state that those people had neither the culture nor the institutions as we have them now. But that is a very poor way of living, where not only a few but all suffer; where people instead of hardening their bodies, effeminate and weaken them. The old Germans when passing the Alps, which they did in winter, naked, only a bearskin thrown over their shoulders, slid on their shields down the Alps; in this way entering sunny Italy. Now a days a man, when taking a bath does not only go into a warm room, but even into a warm bathtub, thereby ennihilating the power of resistance in his body. If such a man is then exposed to rough weather he wonders why he catches cold; when this cold is intensified by a cough, he will consult a physician. The latter gives it a name, calls it "inflamation of the throat" and the patient most scrupulously follows all directions. He takes three times a day chlorine with distilled water; gargles and even swallows some drugs every two hours. To this very day such processes are

supposed to be excellent. That by such drugs & poisonous matter the mucous membrane, the inner organs, the nerves, even the whole skeleton will be affected, people believe to be perfectly right, but barefoot walking & water applications they think vulgar & common. I admit that medicine can soothe pain, but it can never effect a thorough, a permanent cure. How does Nature-Cure proceed?

Every man has a certain, mysterious power within him which regulates his health & strength and which may be called "natural power." If the physician understands this power, understands its suggestions, he will bring about a marvelous, successful cure. An intelligent physician will not apply poisons, but elements taken from nature, as water, air, light, rest, exercise, diet and so forth. No physician can bring about a cure minus these remedies.

Water is applied in three different forms, either warm, or cold, or as steam. The nature-cure is based on the old great irrefutable, eternal laws; *Heat expands or dissolves: cold draws together, makes strong or hard.* There is only one law: Follow Nature. Every man needs air to breathe · the purer the air, the healthier the man; the better he feels, the purer his blood. In order te remain in good health, the body has to inhale as much fresh & healthy air as possible. What a heathy man must have in order to remain in good health, a sick man ought to have in order to come back to health. The same holds good to light, air and rest. Of very good effect are the sun baths, which, especially further assimilation. A cripple can, of course, not take any exercise, but he has to be massaged, has to submit to passive exercises and to rest. That the science of Nature-Cure rests on a good basis is proven by the fact that our masters Kneipp, Schroth, Kuhne, and others have well plowed the soil into which they planted their seed; for many physicians have changed their minds and from science have come to nature. Haw much people are in sympathy with this method we learn from the fact that everywhere associations of Nature-Cure are formed. The more physicians depart from

nature, the more laymen will have recourse to the natural remedies.

Persons not yet familiar with the powers of Nature, imagine, if a naturopathist treats them & cures them in no time, their ailments were but slight, but if a physician takes a very long time, causes the patient a great deal of expense and pain, and the latter recovers notwithstanding the poisonous drugs he had to swallow, it is quite another case. People ought to understand that a physician can never cure but only support the natural powers of the patient. The natural power is backed by natural means. Our country over-flowing with prejudice and mistakes, lacks in natural thinking and knowledge. We partisans of the natural cure live up to our principles: "Follow Nature", while the principle of the physicians is: "Poison the system with drugs: take its consequences." Some people think Nature-Cure too simple to enlist anybody's confidence. But our methods are far more many-sided & varied than those of the plysicians. Many plysicians who have exhausted the store-house of the pharmacopia apply diet, water, electricity, indicating thereby that they themselves were not fully convinced of the efficacy of their pills & powders. In this way not only the plysicians but also the patients will become convinced of the value of this method. But that is not sufficient; people have to study the subject, have to acquaint themselves with this literature, have to listen to the lectures of the Naturopathists and should become members of the associations of the Naturopathists. Whoever is in doubt how to treat a case, ought to read about it, consult an expert, and in this way broaden his knowledge.

Nature's remedies are far more powerful than those of medical science. Violent head or stomach pains will be quicker & more thoroughly cured by Nature than by medicine. Whoever has realy been relieved of his pain by drugs, has incurred some other evil, though this is still hidden: but if the pains are stilled by water or massage, the body will be thoroughy regenerated. Four thousand years ego people still lived upto

Nature: then no physician would have succeeded in building up a practice. But since humanity is degenerated, she has tried to cure disease by drugs.

Most people are averse to poisons, but their indifference to everything except money-making, blunts their plain common sense. This indifference is nowhere more appalling than in everything concerning health; people are too lazy to study or listen to lectures otherwise they would not entrust their most sacred property to the first one coming. Just this indifference is a great obstacle; but all good things take time. Hundreds of physicians have already endorsed the science of Nature's Cure, that is in part, because many of them still continue to give medicine. These have not yet fully realized the wonderful effects attained by baths and other natural applications. Nature-Cure is still supposed to be identical with physical culture. By this natural method the body will he hardened, the physical power be strengthened and not only be able to resist disease but also to throw out poison hidden in the body. And there is one great mistake all people, physicians included, make, that they believe medicine cures, while in fact, it is the natural power in the body that cures. The reason why Naturopathy is still a child, a young plant, is, that people believe too much in medicine and are too indifferent Finally, I beg to impress upon each & all the request "Help me to propagate the science of Nature-Cure, lend your hand to the erection of this great structure.



योग विद्याना अद्भुत चमत्कार.

લેખકઃ—તંત્રી.

યોગ વિદ્યાના અદ્ભુત ચમત્કાર સંબંધે આપણે ઘણી વાતો સાંભલીએ છીએ પરંતુ તે ઉપર આપણો વિશ્વાસ રહેતો નથી અને આપણે તેને ઠંડા પહોરની ગપ માની હશી કાઢીએ છીએ. કારણ કે આપણને તે વાતનો અનુભવ થએલો હોતો નથી " શ્રી બાળા સ્તવન અને દેવી અદ્ભુત ચમત્કાર " એ નામનું બુક અમારા તરફથી બાહાર પાડવામાં આવ્યું છે તેમાં અમોએ કેટલાક દાખલા નોંધેલા છે તે પણ એ સંબંધીનો જેને અનુભવ નહી હોય તેને સત્ય લાગશે નહી. સાંપ્રત કાળમાં લોકો માન અને કીર્તી મેળવવા અને પૈસા કમાવા માટે અનેક જાતના ઢોંગ કરી લોકોને તુરત શ્રદ્ધા બેસારે છે પરંતુ આખરે તેમનું પોગળ બાહાર આવે છે ને લોકોની શ્રદ્ધા ઉઠી જાય છે. એટલે સત્ય વસ્તુને પણ શ્રદ્ધા રહીત થવાથી લોકો ઢોંગમાં ગણી કાઢે છે. પરંતુ હજુ પણ વીરલા પુરૂષોમાં આવી વીદ્યા ટકી રહેલી જોવામાં આવે છે, માટે શોધક માણસે સંપૂર્ણ અનુભવ કર્યા પછી છેવટના નિર્ણય ઉપર આવવું જોઇએ.

મીતી વૈસાખ વદી ચાર મંગળ સંવત ૧૯૬૫ તા. ૧૧મી માહે મે સન ૧૯૦૮ ના રોજ અમારો મુકામ વાલમ તાબે વીશનગરમાં હતો તે દીવસે. દીવસના લગભગ દશ વાગતાના અરસામાં વાલમના રહેનાર જોશી રેવાશંકર મુલચંદના મુકામ ઉપર હું તથા વીસનગરના રહેનાર નથુરામ નંદરામ રાઇટર તથા મહેતાજી ભીખારામ ગોવિંદ તથા નેચરોપથી ડૉ૦ મહાદેવપ્રસાદ ભોગીલાલ ઇ. એમ. ઇ. એન ડી૦ તથા જોશી રેવાશંકર મુળચંદ તથા વૈદરાજ વીઠલભાઇ ક્રીરપાશંકર તથા મણીલાલ વલભરામ વૈદ તથા નાથાલાલ ક્રીરપાશંકર અને વીશસગરના રહેનાર ચુનીલાલ અમીચંદ એ રીતે બેઠા હતા. એ જણોએ મેસમેરીઝમ અને સમાધી સંબંધીની વાતો નિકળી તેમાં વૈદરાજ વીઠલદાસ ક્રીરપાશંકર એમણે મને સુચના આપી કે અમારા ગામમાં પા પુંજા ઝવરા નામનો માણસ છે. તેને અમનગરવાળા બ્રહ્માનંદસ્વામીએ ઉપદેશ આપી સમાધી કરતાં શીખવી છે. મેં પુછ્યું કે એવા બેડું માણસને, સમાધી કયાંથી આવડતી હશે એતો ઢોંગ કરતો હશે, ત્યારે એ સ્થળે બેઠેલા વીઠલદાસભાઇ અને બીજાએ કહ્યું કે ઢોંગ નથી ખરેખરી વાત છે તેથી માહારૂં મન એ પુંજા ઝવરાને બોલાવી તેના પાસે એ પ્રયોગ કરાવી જોવાને આતુર થયું અને વીઠલદાસભાઇને તેને બોલાવી લાવવા કહ્યું. લગભગ બાર વાગતાની વખતે અમો રેવાશંકરના ઘરમાં ભોજન કરવા માટે બેઠા હતા એવામાં વીઠલદાસ સદર પુંજા પટેલને બોલાવી લાવ્યા અને તેઓને અમે અમારા સામે બેસાર્યા. બીજી વાતચીત તેમની સાથે કર્યા પછી મે તેમને સમાધીનો પ્રયોગ જોવાની ઇચ્છા જણાવી. તેમણે મને કહ્યું કે સમાધી કેટલીવાર સુધી ચઢાવેલી રાખું. મેં કહ્યું અરધો કલાક કે કલાક વખત બહુજ છે. અમે જમતા હતાં અને અમારી નજર તેમના સામે હતી તેવામાં તેઓ એકદમ આસનવાળી બેઠા હતા ત્યાંજ સ્થિર થઇ ગયા. વૈદરાજ વીઠલદાસ જે તેમની પાસે બેઠા હતા તેમણે મને કહ્યું કે તમે જમોછો ને પુંજા પટેલ તો સમાધીમાં સ્થિર થવા લાગ્યા. અમો જમી

રહેવા આવ્યા હતા તેથી હાથ ધોઇ ઉઠયા ને તેમને હલાવવા માંડયા તો અંગો જડ થએલાં જણાંમાં. વીઠલદાસે કહ્યું કે, હવે તે અરધા કલાક કે કલાક વગર જાગશે નહીં. આ જગો સાંકડી હતી બધાને એ જગોએ બેશી જોવાની સગવડ નહોતી જેથી વીઠલદાસ અને બીજી મંડલીએ મલી તેમને અધર ફપાડી લીધા ને ખડકીમાં લાવી બેસાર્યા. લગભગ દશ મીનીટ થઇ કે તેમની શ્વાસો શ્વાસની ક્રીયા શરૂ થઇ. એ શ્વાસ લેતાં અને મુકતાં "સોહં" શબ્દનો ઉચ્ચાર ચાલુ થયો અને આ ઉચ્ચાર એક સરખી રીતે ચાલતો હતો. જોવાની ખુબી તો એ હતી કે એ પુંજા પટેલના બન્ને હોઠ તદન બંધ કરેલા છતાં જરા પણ હાલતા ન હોતા ને "સોહં." શબ્દના જાપનો અવાજ નીકળ્યો જતો હતો. મી૦ મહાદેવપ્રસાદ તેમનાથી વીસફીટને અંતરે જઇ ઉભા રહ્યા ત્યાં સુધી એ અવાજ ચાલતો સંભળાતો હતો એ સ્થલે તે વખતે લગભગ પંદરવીસ માણુસ ભેગું થએલું હતું તેમાંથી હોઠ બંધ કર્યા પછી "સોહં" શબ્દનો ઉચ્ચાર કોઇ પણ માણુસ કરી શકયું નહિ. પછી મેં તેમના હાથ પગના અવયવ તપાશી જોયા તો તે પણ કઠણ થએલા માલુમ પડયા એટલુંજ નહીં પણ ઉંચા કરેલા હાથ હાલ્યાચાલ્યા શીવાય સ્તબ્ધ રહેતા. વળી મેં તેમનો એક પગ પરાકાષ્ટથી લાંબો કરી ઉંચો કર્યો તે પણ તેવોજ સ્તબ્ધ રહ્યો. લગભગ એક કલાક સુધી આ ક્રીયા ચાલુ રહી અને સમાધી ઉતરવા માંડી ત્યારે અંગો પણ નરમ પડવા લાગ્યાં અને તેઓ શુદ્ધીમાં આવ્યા. આ પ્રયોગ અમે બધાએ બારીકરીતે અવલોકન કરી જોએલો છે. પુંજાપટેલને આ પ્રયોગ માટે આખું ગામ જાણે છે.

તા. ૨૦ માહે એપ્રીલ સને ૧૯૧૦ મીતી ચૈત્ર વદ ૮ રવીવારના દીવસે માહારો મુકામ વાલમ હતો ફરી પણ પુંજા પટેલનો સમાધીનો પ્રયોગ જોવાની માહારી ઇચ્છા થયાથી તેમને બોલાવ્યાથી તે આવ્યા હતા. અને તે લગભગ અરધા કલાકસુધી ઉપરના પ્રયોગમાં વર્ણન કરેલી સ્થિતીમાંજ રહ્યા હતા.

મહાત્મા લોકોના સમાગમથી પુંજા પટેલને ઉંચા પ્રકારનુ જ્ઞાન થએલુ જણાય છે. તેઓ ભણેલા નથી કે તેમણે પુસ્તકો પણ વાંચેલાં નથી; પણ વાતચીત અંતે તેઓ એવા સવાલ પુછે છે કીંવા જવાબ આપે છે કે આપણને આશ્ચર્ય લાગ્યા વિના રહેતું નથી.

વાલમ ગામે થોડા વર્ષપર સરકાર બાકી વસુલ કરવા માટે કોઇ અમલદારનો મુકામ થયો હતો. પુંજા પટેલને પણ બાકી માટે બોલાવ્યા હતા. અનાજ ખેતરમાં નંપાકવાથી તેઓ બાકી ભરી શકયા નહોતા. બીજા લોકો સાથે તેમને શીપાઇએ તડકામાં બેસાર્યા અને ઉઠ બેસ કરવા કહ્યું. તડકાથી હેરાન થઇશું અને બલાત્કારે ઉઠ બેશ કરાવશે તો પીડા થશે. એવો વીચાર કરી તેઓ ત્યાંજ સમાધીમાં સ્થીર થયા થોડીવારે તેમની નાસીકા દ્વારા "સોહં" શબ્દ જાપ શીરૂ થયો. અમલદારે જગાડવા ઘણું પ્રયત્ન કર્યું તે સઘળું વ્યર્થ ગયું. સાંજ સુધી ચોરામાં તેવીજ સ્થીતીમાં રહ્યા તેમને છાંયડે ઉંચકી મુકાવ્યા હતા. છેવટે તેમને ઉપાડાવી તેમના ઘેર પહોચાડયા હતા અને કેટલાક વખત પછી સમાધી ઉતરી હતી. વાલમના રહેનાર વીસનગરા નાગર સોમેશ્વર જવાલારામે પુંજા પટેલને કહ્યું કે મહારા ખેતરના દાંણાની ઓઘલી સાચવવાની છે તમે માહારી સાથે આવી સુઇ રહો તો આપણે વારાફરતી સાચવીશું. પુંજા પટેલે હા કહી ને તેઓ બન્ને વાસો ગયા. સોમેશ્વરે કહ્યું કે હું સુઇ જાઉં છું તમે સાચવજો અને પછી તમે સુજો ને હું સાચવીશ. એમ કહી સોમેશ્વર

સુઇ ગયા થેાડીવારે જાગીને જુવે છે તેા પુંજા પટેલના 'સોહં' શબ્દના જાપ ચાલી રહ્યેા છે ને તેઓ બેભાન છે સેામેશ્વરે કેાઇ વખત આવી સ્થિતી જોએલી નહી તથી ગભરાયા અને જ્યારે સમાધી ઉતરી ત્યારે કહ્યુ કે તમારાથી એાશલી સચવાશે નહીં માટે તમને રજા છે પુંજા પટેલને મે પુછ્યુ કે રેાજ તમે સમાધી કરેા છેા ? તેમણે કહ્યુ કે માહારે સુવાની જરૂર પડતી નથી ઘરમાં સમાધી ચઢાવી બેસુ છુ ને ધારણા કરી હેાય તે પ્રમાણે ઉઠુ છું પુંજા પટેલને આ વિદ્યા કેવી રીતે પ્રાપ્ત થઈ તે સબધી મે તેમને હકીકત પુછી હતી. સવત ૧૯૨૮ ની સાલમા જાગીરના ગામે તેઓ ખેતરમા સુઈ રહ્યા હતા ત્યાજ તેઓના દાત બધાઇ ગયા ને બેશુદ્ધ થઇ ગયા ત્યાથી ઉપાડી તેમને ઘેર લેાકેા લેઇ આવ્યા અને તેઓ એક માસ ભારે મદવાડમા રહ્યા, રાઘવાનદ નામના એક મહાત્મા વાલમ ગામે આવી રહેલા તેમની શેવા પુંજા પટેલ કરવા લાગ્યા ખેતીમાથી પાકેતા અનાજમાથી એ માહાત્માને માટે આટેા દાલ વીગેરે પેાતે આપી આવતા આ વાત તેમની સ્ત્રીને ઠીક લાગી નહી ને તે હમેશ કલેશ કરતી બાપડીની ગેરહાજરીમા કેાઠીમાથી પાયશેર ઘઉ કાઢી દળી પેાતે જઇ માહાત્માને અર્પણ કર્યા કે તુરત તેમના શરીરમા ભરાયલેા જીન પ્રગટ થયેા. મહાત્માને દયા આવી ને પેાતે યેાગ્ય ઉપચારથી તેમના શરીરમાથી જનને કાઢયેા તે પછી તેઓએ મહાત્માની ઘણી શેવા ઉઠાવી અને તેમના સમાગમથી તેમને ઘણેાજ લાભ થયેા રાઘવાનદ વાલમથી અન્યસ્થળે ગયા પછી તેમને બ્રહ્માનદ નામના મહાત્મા સાથે સમાગમ થયેા અને તેમને લીધે પાતળીઆસ્વામી નામના સન્યાસી માહાત્મા સાથે પુંજા પટેલને પ્રીતિ થઇ તેઓએ બ્રાહ્મ મુહુર્તમા ઉઠી જળમા પેશી પચદેવતાનુ ધ્યાન કરવાને પ્રાણાયામ કરવા તેમને ઉપદેશ કર્યો સવત ૧૯૩૨ થી સવત ૧૯૪૫ ની સાલ સુધી તેઓએ આ પ્રયેાગ જારી રાખ્યેા ને પાછલી ચાર ઘડીકા રાત્રીથી કલાકના કલાક સુધી તેઓ જલમા રહેતા અને પાણીમા પેશી ધ્યાન કરતા અને બહાર નીકલ્યા પછી સમાધી પણ કરતા. સમાધીમા અજપા ગાયત્રીનેા જાપ શીરૂ થતેા સવત ૧૯૫૪ ની સાલમા બ્રહ્માનદનેા દેહ પડયેા સમાધીની પૂર્ણ માહીતી તેમને મળી શકી નહી જેથી સમાધી અવસ્થામા 'સોહં' શબ્દનેા ઘણેા મહેાટેા અવાજ નીકળવા લાગ્યેા તેને બધ કરનાર કેાઇ ધતાજ તેમને મળી શકયેા નહી કેટલેક દીવસે કબેાઇવાળા માહારાજ વાલમ પધારેલા તેમણે પુંજા પટેલને બેાલાવી તેમની પાસે સમાધી કરાવી તેા "સોહં" શબ્દનેા મેાટેા અવાજ ચાલવા માંડયેા એ માહાત્માએ તેમના ખભાની બાજુની કેાઈ નસ પકડી દબાવી જેથી નીકળતેા અવાજ ધીમેા પડી ગયેા પણ તદન બધ થયેા નહી હજુ પણ તે અવાજ પ્રયેાગમાં બતાવ્યા જેટલા અતર સુધી સભળાય છે આ હકીકતની નેાંધ પુંજા પટેલના કહેવાથી મે લીધેલી છે

પુંજા પટેલની નાસીકા દ્વારા સમાધીની સ્થિતીમા "સોહં" શબ્દનેા જાપ એકસરખી રીતે વગર હેાઠ હાલ્યે ને બધ છતા નીકળે છે, તેવેા કેાઇ પણ માણસ હેાઠ હલાવીને પણ એકસરખી રીતે ઢેાગ કરીને કાઢી શકે એમ તે લાગતુ નથી આ પટેલ પેાતાનુ જીવન ખેડુની સ્થીતીના ગાળે છે અને નવરાશના વખતમા એકાન્તમા આવી સ્થિતીમા કલાકના કલાક ગાળે છે તે જોઈ આનદ થયા વીના રહેતેા નથી

आरोग्य अथवा तंदुरस्ती.

(લેખકઃ—ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ. ઇ. એમ. ઇ., એન. ડી.)

શરીરની જે સ્થિતિમાં કાયાયંત્રના સર્વ ભાગ અને અવયવો પોતપોતાનું કામ યોગ્ય રીતે બજાવતા હોય, અને શરીરમાં કોઇ પણ જાતની વેદના, કે મનનું દુઃખ થતું ન હોય, તે સ્થિતિને તંદુરસ્તી અથવા આરોગ્ય કહેવામાં આવે છે. આ દુનિયામાં આપણને સુખી કરનાર સાધનોમાં તંદુરસ્તી એ સર્વોત્તમ સાધન છે. છતાં જ્યારે તેને આપણે ખોઇ બેસીને રોગથી પીડાઇએ છીયે ત્યારે જ તેની ખરી કિંમત વિષે આપણી ખાત્રી થાય છે. તંદુરસ્તી જેવી ઉત્તમ બક્ષીસ ઘણાં વર્ષ ટકાવી રાખવા માટે, ઇશ્વરે નિર્માણ કરેલા આરોગ્ય શાસ્ત્રના કેટલાક નિયમોનું આપણે બરાબર રીતે પાલન કરવું જોઇયે. ઉંચે ફેંકેલો પથરો જેમ પૃથ્વિપર પાછો પડયા વિના રહેતો નથી, અને સૂર્ય જેમ નિયમીત રીતે દરરોજ પૂર્વ દિશામાં ઉગ્યા વિના રહેતો નથી, તેમ તેટલી જ ખાત્રીપૂર્વક આરોગ્ય શાસ્ત્રના જાણીતા નિયમો પાળવાથી તંદુરસ્તીનું સુખ અને તે પવિત્ર નિયમોનો ભંગ કરવાથી રોગ અને દુઃખ મળ્યા વગર રહેતાં જ નથી. તંદુરસ્તીને માટે ખાસ જરૂરની બાબતો બહુજ ટુંકામાં ગણાવીએ તો તે આ પ્રમાણે છેઃ—રાત્રિ દિવસ નિરંતર ચોખ્ખી હવા; શરીરની સર્વ ખોટ પુરતી રીતે પુરી પાડી શકે તેવી જાતનો અને તેવા પ્રકારનો ખોરાક; પોષણના પદાર્થોને શરીરના સર્વ ભાગમાં વહેવરાવવા માટે, અને નિરૂપયોગી પદાર્થોના કચરાને શરીરમાંથી ધોઇને કાઢી નાંખવાનું કામ કરવા માટે પુરતું ચોખ્ખું પાણી; શરીરના સર્વ સ્નાયુઓને નિરોગ અને બળવાન રાખવા માટે યોગ્ય પ્રકારની ઘટતી કસરત; અને લોહીમાંનાં ઝેરી તત્વો અને નકામો કચરો પરસેવારૂપે નિકળી જાય, માટે જરા પણ મેલ વગરની ચોખ્ખી ચામડી. આ ઉપરાંત એક ચીજની ખાસ જરૂર છે અને તે સામાન્ય તત્વદૃષ્ટિ છે, જેના વડે વ્યવહારમાં નડતી અનેક ઉપાધિઓ અને જેને હમેશાં નિવારી ન શકાય તેવાં દુઃખોને શાન્ત મનથી સહેતાં છતાં મનને ચિંતા કે શોક રહીત રાખી શકાય. જેમ ધન. વૈભવ, અને બીજાં સુખનાં સાધનો મેળવવા માટે આપણે મહેનત કરીયે છીયે, તેમ ઉત્તમ જાતનું સુખ આપનારી તંદુરસ્તી મેળવવા માટે પણ મહેનત લેવી પડે છે. નિરોગ અને તંદુરસ્ત શરીર સિવાય સર્વ ધન અને વૈભવ નકામાં છે, અને જો કે પૈસાવડે મોટા મોટા વિદ્વાનોની ઉપયોગી સલાહ આપણે મેળવી શકીયે છીયે તોપણ તંદુરસ્તી તો એક એવી ચીજ છે કે, જે એકલા પૈસા વડે કદી પણ ખરીદ કરી શકાતી નથી. પરંતુ એથી ઉલટું તંદુરસ્તીવાળો માણસ પૈસા મેળવી શકે છે. તંદુરસ્તી ખરેખર આપણા પોતાના હાથમાં જ છે, એમ કહીયે તો તેમાં કાંઇ પણ ખોટું નથી. અને તેથી જ્યારે આપણે માંદા પડીયે ત્યારે નશીબનો, કે બીજા કોઇનો દોષ કાઢવો એ કેવળ અઘટીત છે. કારણ કે આપણે સમજવું જોઇયે કે આરોગ્યશાસ્ત્રના નિયમોથી આડા ચાલવાથી જ માત્ર રોગ થાય છે. આપણ દરેકને જન્મ વખતે તંદુરસ્તી અને જીવન બળનો અમુક પ્રમાણમાં વારસો મળે છે. હવે સમજુ માણસોની પેઠે આ અમુલ્ય બક્ષીસને સંભાળીને વધારવી કે ઉલટું મૂર્ખ ઉડાઉ લોકોની માફક તેને નકામી ગુમાવી દેવી તે આપણા

હાથમાં છે. કુદરત હમેશાં આપણને નિરોગ બનાવવા પ્રયત્ન કરે છે, કારણ કે યેાગ્ય સંજોગેામાં તંદુરસ્તી એજ શરીરની સ્વાભાવિક સ્થિતિ છે. અને કદાપિ જન્મ વખતે આપણને નબળું શરીર મળ્યું હેાય તેથી આપણે આખેા જન્મારેા માંદલા જ રહેવું જોઇયે એવેા કાંઇ નિયમ નથી. કારણ કે સંભાળ અને પ્રયત્નથી આપણે આપણા શરીરનેા બાંધેા દૃઢ અને બળવાન તથા તંદુરસ્ત બનાવી શકીયે છીયે. એક ગરીબ માણસ પણ તેમ તેા કહે કે મારાં માબાપ મારે માટે મેાટી પુંજીનેા વારસેા મૂકી ગયાં નથી, તેથી મારે આખેા જન્મારેા ગરીબ રહેવું પડશે, તેા તે કેટલું ભૂલ ભરેલું ગણાય ? કારણ કે મહેનત કરનારને પૈસા મળ્યા વગર રહેતા નથી અને તેજ પ્રમાણે કાળજી રાખીને ઉદ્યેાગ કરનારને તંદુરસ્તી અને લાંબુ આયુષ્ય પણ મળ્યા વિના રહેતું જ નથી. સુભાગ્યે જન્મથી સારૂં બળવાન શરીર મેળવનાર પરંતુ અનેક જાતની કુટેવેાથી શરીર બળનેા નાશ કરનારના કરતાં, ક્ષયરેાગી કે નબળાં માબાપ તરફથી નબળેા બાંધેા મેળવનાર જો પુરતી કાળજી રાખી આરેાગ્યના નિયમેાને અનુસરી ચાલે તેા તે વધારે નિરેાગી અને લાંબા આયુષ્યવાળેા બને એમાં જરા પણ શંકા નથી માટેજ લૉર્ડ બેકને કહ્યું છે કે A cripple in the right way, will beat a racer in the wrong તંદુરસ્તી યાને આરેાગ્ય એ શું છે, તે શી રીતે પ્રાપ્ત થાય છે, અને તેને કેવી રીતે જાળવી રાખી શકાય છે, અને આ પ્રમાણે કરવું એ આપણા પેાતાનાજ હાથમાં સંપૂર્ણ રીતે રહેલું છે, એ વાતેા આ ટુંક લેખના બતાવીને હવે કોઇ બીજે પ્રસંગે આરેાગ્યને માટે અગત્યની બાબતેા જુદી જુદી લેઇને તે દરેક વિષે છુટું છુટું બારીકાઇથી વિવેચન કરીશું.

દીર્ઘાયુષ.

(લેખકઃ–ડૉ મહાદેવપ્રસાદ. ઈ. એમ. ઇ., એન. ડી)

મનુષ્ય જાતના આયુષ્યની લંબાઇ સ્વાભાવિકરીતે કેટલી ગણી શકાય તે નક્કી કરવા માટે બહુ માથાકુટ કરવી પડે તેમ નથી. પ્રાચીન તથા અર્વાચીન શેાધકેા એ બહુ ખાત્રી પૂર્વક સાબીત કરી બતાવ્યુ છે કે આંચળવાળાં પ્રાણીઓનાં (જેને ઇંગ્રેજીમાં "મેમ્મેલીયા કહેવામાં આવે છે તેનાં) બચ્ચાંનાં શરીર પૂરેપૂરાં બંધાતાં જેટલાં વરસ લાગે તેના કરતાં પાંચ ગણું આયુષ્ય તેઓ ભેાગવી શકે છે. આ એક સાધારણ નિયમ છે. અને 'કુદરતના નિયમેા પ્રમાણેજ સ્વાભાવિક રીતે ચાલનાર સર્વ પ્રાણીયેા આ નિયમમાં બતાવ્યા જેટલુંજ આયુષ્ય ભેાગવતાં જોવામાં આવે છે. દાખલા તરીકે ઘેાડાનેા સંપૂર્ણ બાંધેા બંધાવાને પાંચ વર્ષ લાગે છે, તે હિસાબે એ પાંચને પાંચગણા કરતાં પચીસ આવે છે. તેથી ઉપર લખેલા નિયમ પ્રમાણે ઘેાડાની જીંદગીની સાધારણ લંબાઇ પચીસથી ત્રીસ વર્ષ સુધીની ગણી શકાય, અને તે વાત અનેક દાખલાથી સાબીત થતી જ્યાં ત્યાં જોવામાં આવે છે. તેજ પ્રમાણે ઉંટના શરીરની સર્વ ધાતુઓ પૂર્ણરીતે બંધાઇ રહેતાં આઠ વર્ષ લાગે છે, તેથી તે ચાળીસ વરસ સુધી જીવે છે કુતરાને પાકી ઉમરે આવતાં બે વર્ષ જોઇયે છીયે, તેથી તે ઘણે ભાગે દશ વરસ સુધી જીવી શકે છે. જો કે શહેર કે ગામમાં રખડતાં કુતરાને પુરતેા

સારો ખોરાક કે પાણી વિગેરે મળતું નથી, તથા મનુષ્યો તરફથી તેમને ઘણું નુકશાન પહોંચે છે તેથી તેવાં કુતરાં તો ઘણીવાર પોતાનું સ્વાભાવિક આયુષ ભોગવી શકતાં નથી. પરંતુ તેથી કાંઇ ઉપર લખેલો નિયમ ખોટો પડતો નથી. હાથીનું શરીર સંપૂર્ણ રીતે બંધાઈ રહેતાં ચાળીસ વરસ લાગે છે તેથી તે બસેં વરસ સુધી જીવી શકે છે. માણસ જાતમાં પુરૂષો તો વીસથી પચીસ વર્ષની ઉમરે ખરી જુવાનીમાં આવે છે, અને તેજ ઉમરે તેનું શરીર બરાબર બંધાઇ રહે છે આપણામાં કહેવત પણ છે કે "સોળે સાન અને વીસે વાન" હવે જો માણસનું સ્વાભાવિક આયુષ કેટલું તે નક્કી કરવા માટે ઉપર લખેલો નિયમ લગાડીએ તો માણસનું કુદરતી આયુષ એકસો વર્ષથી એકસોને પચીસ વર્ષનું આવે છે. હવે મનુષ્યો સો સવાસો વરસની લાંબી જીંદગી ભોગવી શકે એવી પરમેશ્વરે કૃપા કરી ગોઠવણ કરી રાખી છે, છતાં મનુષ્ય જાતનો મોટો ભાગ કુદરતના નિયમોથી જાણતાં કે અજાણતાં વિરૂદ્ધ ચાલીને, પુરેપુરૂં આયુષ્ય ભોગવ્યા વિના અકાળે નાની ઉમરમાંજ મરણ પામે છે. બહુ નાજુક કે નબળી તબીયત નહિ, તેમજ ઘણોજ તદુરસ્ત કે અતિશય બળવાન બાંધાનો પણ નહિ, પરંતુ સાધારણ રીતે નિરોગ માણસનો દાખલો લ્યો. હવે જો આ માણસ નિયમીત આદતોવાળો, ખાવાપીવામાં મિતાહાર સેવનારો, નિયમસર હરરોજ કામ કરનારો, અને તે ઉપરાંત દુનિયામાં વખતો વખત આવતાં સુખ દુઃખને સંતોષ અને ધિરજથી શાન્ત મને સહન કરનાના સ્વભાવવાળો હોય તો તે પુરેપુરૂ દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવવા ભાગ્યશાળી થાય એવો સંપૂર્ણ સંભવ છે. પરંતુ જો તે અનિયમિત અને બુરી આદતોવાળો, આહાર વિહારમાં મિતાહાર નહિ જાળવનારો, તમાકુ ગાંજો અફીણ કે દારૂ જેવી ઝેરી ચીજોનાં વ્યસન કરનારો, ચોખી હવાની અવરજવર વગરનાં ઘરની ગોંધાઈ રહેલી હવા હમેશાં દમમાં લેનારો, ચિંતા કે ઉગ્ર ક્રોધ કે કામાદિ દુષ્ટ વિકારો વડે મગજને તપેલું રાખનારો હશે તો જરૂર તે પોતાને મળેલું આયુષ પુરેપુરૂં ભોગવ્યા વગર બહુજ વહેલો અકાળે મરણ પામશે. આરોગ્યશાસ્ત્રના પવિત્ર નિયમોની વિરૂદ્ધ ચાલીને શરીર તથા મનથી તે માણસ જેમ જેમ વધારે ગુન્હા અને પાપ કરતો જશે તેમ તેમ આ દુનિયાં અને અમુલ્ય મનુષ્ય દેહનો તેને વહેલો ત્યાગ કરવો પડશે કેટલાંક મનુષ્યો વળી ખાસ કરીને શરીરના કોઈ એક અમુકજ અવયવ કે ઇંદ્રિયનો બહુજ દુરૂપયોગ કર્યા કરી તેને તદન રોગી અને નિર્બળ બનાવી દે છે, અને તેથી પણ આખું શરીરયંત્ર આખરે અટકી પડે છે, કારણ કે શરીરમાંના દરેક અવયવ અને ઇંદ્રિયને પોતપોતાનું કામ કરવાનું હોય છે, અને તેથી જ્યારે તેમાંનો કોઇ પોતાની ફરજ બજાવવાને માટે કેવળ અશક્ત થઇ જાય છે ત્યારે આખરે આખું શરીર કામ કરતું બંધ પડે છે, અને માણસનું મરણ નિપજે છે. દાખલા તરીકે જો કોઇ માણસ જુદાં જુદાં સ્વાદિષ્ટ ભોજનોથી પોતાનું પેટ હદ ઉપરાંત ઠાંસી ઠાંસીને ભરે, અને ભાંગ, દારૂ, વિગેરે કેફી ચીજો પીવાની ટેવ રાખે, તથા તમાકુના ઝેરવાળા ચુંકથી હોજરીને હમેશાં ઉશ્કેર્યા કરે તો પરિણામે તેની જઠર છેકજ રોગી બની જાય, તેના શરીરના બીજા અવયવો સાધારણરીતે સારી હાલતમાં હોય તોપણ તે માણસ જરૂર અકાળે મરી જાય છે. પૃથ્વિ અને ચંદ્ર વિગેરેની ગતિના, રસાયણ શાસ્ત્ર અને યાંત્રિકશાસ્ત્રના નિયમો જેટલા જ આરોગ્યશાસ્ત્ર અને શારીરશાસ્ત્રના નિયમો અચળ, નિષ્પક્ષપાતી, અને અવિકારી છે, પરંતુ દિલગીરીની વાત એટલીજ છે, કે આ નિયમોનો બરાબર

અભ્યાસ કરી, તે પ્રમાણે ચાલવાની જોઇયે તેટલી દરકાર મનુષ્યો લગભગ બિલકુલ લેતા નથી એમ જોવામાં આવે છે. જગતમાં પ્રવર્તતાં અનેક પ્રકારનાં બળ અને વિવિધ સંજોગોની શરીરપર જેવા પ્રકારની અસરો થવા પામે છે તેવો આવરદા તેનો થડાય છે. આવા સંજોગો અને રહેણી કરણીની અસરો જો સારા પ્રકારની થાય છે, તો જીંદગી લંબાય છે, અને જો તે ખરાબ જાતની હોય છે તો જીંદગી ટુંકી થાય છે. આરોગ્યશાસ્ત્રોના નિયમો જેને " **નેચરોપથી** " નામની વૈદક પદ્ધતિ બહુજ ઉત્તમ રીતે સમજાવે છે તેવા નિયમો પ્રમાણે જો માણસ ચાલે છે તો તે જરૂર દીર્ઘાયુષી, બળવાન અને સુખી બને છે; અને જો તેનાથી ઉલટો ચાલે છે તો રોગી બની વહેલો મરી જાય છે, અને તેવા માણસને કોઇ પણ દવાઓ બચાવી શકતી નથી. શરીરને વધવાનાં, સંપૂર્ણતાને પામવાનાં, તથા ક્ષીણ થઇ નાશ પામવાનાં વર્ષ અને મુદત આખી મનુષ્ય જાત માટે પરમેશ્વરે અથવા કુદરતે હમેશને માટે ઠરાવી મુકેલી છે. ડહાપણ અને સાવધાનીથી જો આપણે શરીરનું સંરક્ષણ કરીયે છીયે, તો જરૂર આપણે પુરેપુરી લાંબી જીંદગી ભોગવવા ભાગ્યશાળી બનીયે છીયે; પરંતુ જો આથી ઉલટા ચાલીયે છીયે તો શરીર વહેલું નાશ પામે છે. આવી રીતે લાંબુ આયુષ ભોગવવાનું આપણા પોતાનાજ હાથમાં હોવા છતાં જો આપણે આડા ચાલી વહેલા મરી જઇએ તો તે ધીરે ધીરે આપઘાત કર્યા બરોબર છે તેથીજ સુલેખક ડૉક્ટર ઍલીન્સન કહે છે કે He who dies under seventy is guilty of physical suicide. અર્થાત **જે માણસ સીત્તેર વર્ષની વયનો થતા પહેલાં મરી જાય છે, તે શારીરિક આપઘાતનો ગુન્હો કરે છે** "

मनुष्य–शरीरना केटलाक चमत्कार.

(લેખકઃ—ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ. ૪. એમ. ૪., એન. ડી.)

આગલા જમાનાઓમાં આખી દુનિયાંપર સાત ચમત્કારિક ચીજો હોવાનું મનાતું હતું. વર્તમાનકાળમાં તો હવે માત્ર એક જ ચીજને ખરેખરી ચમત્કારિક ગણવામાં આવે છે, અને તેવી સર્વોત્તમ અદ્ભૂત ચીજ બીજી કોઇ જ નહિ પણ મનુષ્ય શરીર છે. ફક્ત યંત્ર–સાઓની દૃષ્ટિએ જોઇયે તો પણ મનુષ્ય શરીર એક સર્વોત્તમ રીતે કાર્ય સાધનાર, બેહદ ગુંચવણ ભરેલી ગોઠવણવાળું, અતિશય નાજુક, અને તેમ છતાં બળવાન, દીર્ઘકાળ ટકી રહેનાર, અને સમજી કે માની પણ શકાય નહિ તેટલા પ્રકારનાં કામ કરવાની લાયકી ધરાવતું યંત્ર છે. મનુષ્ય શરીર તે આખી સૃષ્ટિનો નાનો સરખો નમુનો છે, કારણ કે નાના પાયા ઉપર તેમાં આખું જગત વસેલું જોવામાં આવે છે. માટે જ આપણામાં કહેવત છે કે " પિંડે તે બ્રહ્માંડે " શરીરની બહાર જગતમાં કોઇપણ સ્થળે જે જે જોવામાં આવે છે તે સર્વ મનુષ્ય શરીરના બંધારણ, રચના, ક્રિયા, વિગેરેમાં પણ માલુમ પડે છે.

ચાર હજાર ઘનફુટ વાયુ.

દાખલા તરીકે, મુખ્ય મુખ્ય સર્વ જાતનાં રાસાયણિક દ્રવ્યો અથવા તત્વો શરીરમાં હોય છે. શરીરના કુલ વજનમાંથી લગભગ પોણો અથવા $\frac{3}{4}$ ભાગ તો " ઑક્સીજન "

અથવા પ્રાણવાયુનો બનેલો હોય છે, જે વાયુ ઘણો જ ઉપયોગી હોઈ સર્વત્ર દુનિયાંપર પ્રસરેલો જોવામાં આવે છે. આ સિવાય પણ નાઇટ્રોજન, હાઇડ્રોજન, ક્લૉરીન, ફ્લુઓરીન વિગેરે વાયુઓ પણ શરીરમાં માલૂમ પડે છે. આવા વાયુઓ ઉપરાંત શરીરમાં કારબન, કૅલ્શીયમ, ફૉસ્ફરસ, સોડીયમ, સલ્ફર, પૉટેશીયમ, મૅગ્નેશીયમ, લોહ, ત્રાંબુ, સીસું, સીલીકન, લીથીયમ, પારો, સોમલ, અને બીજા કેટલાક ઘટ્ટ પદાર્થો મળી આવે છે* આગળ જણાવેલા પાંચ વાયુઓ (ઓક્ષીજન, નાઇટ્રોજન, હાઇડ્રોજન, કલોરીન, અને ફ્લુઓરીન) મનુષ્ય શરીરમાં કેટલા બધા મોટા જથામાં રહેલા હોય છે તેનો કાંઇ ખ્યાલ આપવાની ખાતર જણાવવાની જરૂર છે કે શરીરમાં રહેલા તે વાયુઓને જુદા પાડી એક વાસણમાં ભરવામાં આવે તો તેઓ ચાર હજાર ઘનફુટ જગા રોકે, અથવા બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો તેમને ભરવા માટે એક ૨૦ ફુટ લાંબુ, ૨૦ ફુટ પહોળું, અને ૧૦ ફુટ ઉંચું એવું એક ચોખુણુ વાસણ જોઇએ. શરીરના ઘટ્ટ અથવા સ્થુળ પદાર્થો જેવા કે કારબન, કૅલશીયમ અથવા ચુનો, સીલીકન, સોડીયમ, પૉટેશીયમ, મૅગ્નેશીયમ, વિગેરે સર્વ આપણે જે જમીનપર ચાલીયે છીયે તેની ભીતરમાં જ રહેલા છે, અને વનસ્પતિના ખોરાકની મારફત તે આપણને મળે છે.

એકસો મીણબત્તીઓ બને તેટલી ચરબી.

આશરે એકસો મીણબત્તીઓ અથવા "કૅન્ડલ્સ" બને તેટલી **ચરબી**, એક મહિના સુધી શરીર બરાબર સાફ રાખી શકાય તેટલો સાબુ, આખા કુટુંબને એક વખત મિષ્ટાન્ન બનાવવામાં જોઇયે તેટલી ખાંડ, અને આખા કુટુંબને એક મહિના સુધી ચાલે તેટલું **મીઠું**, એક માણસના શરીરમાં ભરેલું હોય છે. માણસના શરીરમાં લોહ બહુ થોડા પ્રમાણમાં હોય છે, એટલે કે જો બધાને એકઠું કરવામાં આવે તો તેમાંથી બે નાના સરખા ખીલા બને. પરંતુ એથી ઉલટું શરીરમાં હાઇડ્રોજન નામના વાયુનું પ્રમાણ એટલું બધું હોય છે, કે જો તે વાયુને શરીરમાંથી જુદો પાડી એક બલૂનમાં ભરવામાં આવે તો તે બલૂન એક માણસને આકાશમાં સહેલાઇથી લઇ જઇ શકે.

વળી ત્રણ હજાર લખવાની પેનસીલો બને તેટલો કારબન માણસના શરીરમાં હોય છે; આ કારબનને જો બળતણ તરીકે વાપરવામાં આવે તો એક બે કલાક સુધી તેનાથી ભડભડાટ અગ્નિ સળગ્યા કરે. ખરી રીતે જોઇયે તો શરીરમાં પણ આ કારબન બળતણ તરીકે જ વપરાય છે; અને એ બળતણમાંથી જે શક્તિ મળે છે તેનો ઉપયોગ એક સાધારણ બોઇલરમાં જે પ્રકારનો કરવામાં આવે છે, તે જ પ્રકારનો શરીરમાં પણ થાય છે, એટલે કે સ્પષ્ટ શબ્દોમાં કહીયે તો, શરીરને ગરમાવો આપવાનું અને કામ કરવાની શક્તિ આપવાનું કામ આ કારબન નામનું બળતણ કરે છે.

એક પાકી ઉમરે પહોંચેલા અને મજબુત નિરોગ બાંધાના મનુષ્યના શરીરનો ભાર ૧૫૦ પૌંડ અથવા પોણાચાર મણ હોવો જોઇએ; આટલું વજન નીચે બતાવેલા પદાર્થોનું બનેલું હોય છે:—

* ઉપર ગણાવેલી ચીજોમાંથી, ત્રાંબુ, સીસું, પારો, સોમલ વિગેરે દવાઓના રૂપમાં શરીરમાં દાખલ થઇ ભરાઇ રહે છે.

સ્નાયુઓ અને સ્નાયુબંધનો	...૮૧ પોંડ	(શેર)
હાડકાં...	...૨૨ ,,	,,
ચરબી...	...૧૮ ,,	,,
ચામડી...	... ૭ ,,	,,
મગજ	... ૩ ,,	,,
શરીરની અંદરના અવયવો...	...૧૨ ,,	,,
લોહી...	... ૭ ,,	,,

શરીરમાં લગભગ સાત અષ્ટમાંસ (⅞) ભાગ પાણી રહેલું છે, અને તેથી તે માણસના શરીરમા લગભગ સત્તર ગેલન અથવા અડધા બૅરલ કરતાં પણ જરા વધારે પાણી હશે.

દરરોજ શરીરમાં થઇને આઠશેર ભાર પસાર.

દરરોજ તે માણસ કેટલો ખોરાક ખાશે તે નીચે આપવામાં આવ્યું છેઃ—

સ્નાયુ વર્ધક નાઇટ્રોજનવાળો	
અગાહળી અથવા માસ જેવો ખોરાક	...૫૦૦૦ ગ્રેન.
ઘઉની રોટલી...	...૮૦૦૦ ગ્રેન.
દૂધ...	...૭૦૦૦ ગ્રેન.
બટાટા...	...૩૦૦૦ ગ્રેન.
માખણ...	... ६०० ગ્રેન.
પાણી..	...૩૩૦૦૦ ગ્રેન
	કુલ. ૫૬૬૦૦ ગ્રેન.

ખાવા અને પીવાના ઉપર બતાવેલા પદાર્થોનો કુલ સરવાળો લગભગ આઠ શેર થવા જાય છે

નિરોગ સાજા શરીરમા દરરોજ ઉપર પ્રમાણે દાખલ થતો આઠશેર ભાર, જુદા જુદા માર્ગે તેટલાજ પ્રમાણમા શરીરમાંથી નિકળી જાય છે. આ રીતે મળને શરીરમાથી નિકળી જવાના ચાર માર્ગ છે, જેમાં થઇને દરરોજ કચરો કેટલા કેટલા પ્રમાણમા નિકળી જાય છે તે નીચે બતાવ્યું છે—

ફેફસાની મારફત	.... ૨૦૦૦૦ ગ્રેન
ચામડીની મારફત	......૧૦૦૦૦ ગ્રેન
મુત્રપીંડની મારફત...	...૨૪૦૦૦ ગ્રેન
ગુદાની મારફત...	...૨૬૦૦ ગ્રેન
	કુલ. ૫૬૬૦૦ ગ્રેન.

શરીરમા દરરોજ પાણીનો જે જથ્થો દાખલ થાય છે તે શરીરમાં પોતાનું કામ કરી નીચે બતાવ્યા પ્રમાણે જુદે જુદે માર્ગ નિકળી જાય છે.—

ફેફસાં અને ચામડીની મારફત	.... ૫૦ ટકા.
મુત્રપિંડ...	...૪૪ ટકા.
આંતરડાં (ગુદા)..	...૬ ટકા.

દરવર્ષે ચોરાશી મણ.

આ બધા ઉપરથી એ સાર નિકળે છે કે એક વર્ષમાં માણસના શરીરમાં ચોરાશી મણ ખોરાક-પાણી દાખલ થઇને પાંછો નીકળી જાય છે. આટલા મોટા જથ્થામાંથી દરરોજ થોડો થોડો શરીરમાં દાખલ થઇ તેનાથી આપણું "તનુમંદિર" બંધાય છે, અને તેટલાજ પ્રમાણમાં શરીરમાં વપરાઇને ઘસાઈ જઇ કચરારૂપે બહાર નિકળી જાય. આ ઉપરથી આપણે જોઇ શકીયે છીયે કે આપણું શરીર સતત બદલાયા કરે છે, સતત નાશ થયા કરે છે, અને વળી તેજ વખતે નવીન બંધાતું જાય છે. વાતમાં આપણે ઘણીવાર "મારૂં શરીર" એમ કહીયે છીયે; જાણે કે આપણું શરીર હમેશાં એકનું એકજ હોયની. ખરી રીતે તો થોડાક મહિનામાંજ આપણું શરીર તદન નવું બની જાય છે. શરીર એક વહેતા જળપ્રવાહ જેવું છે. પાચ હજાર વર્ષ ઉપર જે ગંગા નદિ આપણા પૂર્વજોએ જોયેલી તેની તેજ હાલ પણ આપણે જોઇયે છીયે, એમ આપણને લાગે છે. પરંતુ વાસ્તવિક રીતે જોતાં તો ગંગાનું જળ દર ક્ષણે બદલાયા કરે છે. શરીરની બાબતમાં પણ તેમજ છે.

શરીર બાર માણસનું કામ કરે છે.

શરીર એક રાક્ષસી કામ કરનાર અદ્દભુત, ઘણીજ થોડી જગા રોકનાર, બહુ બળવાન યંત્ર છે. એક તંદુરસ્ત માણસનું કાયાયંત્ર માત્ર એકજ દિવસમાં ૩૫૦૦ મણ બાર ૫૬ ફીટની ઉંચાઈ સુધી ચઢાવવા જેટલું કામ કરી શકે છે. પરંતુ એક સખ્ત મજુરી કરનાર માણસતો એક દિવસમાં માત્ર ૨૦૦ થી ૨૫૦ મણ બાર ૫૬ ફુટ ઉંચકી શકે છે. એ ઉપરથી સમજી શકાશે કે શરીર પોતાનું દરરોજનું સાધારણ કામ કરવામાં ચૌદ પંદર માણસોના જેટલું કામ કરે છે. માનવકૃત કોઇપણ એન્જીનના કરતાં આપણું શરીર અત્યંત વધારે કામ કરી શકે છે.

રક્તાશયનો ચમતકાર.

આ વાત જરા વધારે સ્પષ્ટ કરવા ખાતર આપણે મનુષ્યનું રક્તાશય અથવા હૃદય દરરોજ કેટલું કામ કરે છે તે વિચારીએ. રક્તાશય એક પોકળ સ્નાયુ છે, તેમાં બે પમ્પ છે, જેમાંનો એક ફેફસાંમાં લોહી મોકલે છે, જ્યારે બીજો શરીરના સર્વ ભાગમાં રક્ત વહેવરાવે છે. રક્તાશયનો દરેક વિભાગમાં બે ઔંસ લોહી માય છે. અને મોટી ઉમરના માણસનું હૃદય દર મીનીટે પંચોતેરવાર ધબકે છે, તેથી દર મીનીટે હૃદયના દરેક વિભાગમાંથી ૧૫૦ ઔંસ અથવા ૧ૄ ગેલન લોહી પસાર થાય છે. એટલે કે દર કલાકે આશરે ૭૦ ગેલન અથવા ૭૦૦ રતલ અને દરરોજ ૧૬૮૦૦ રતલ, અને દર વરસે ૬૦૩૦૦૦૦ રતલ, લોહી દરેક "વેન્ટ્રીકલ" અથવા વિભાગમાંથી પસાર થાય છે. એટલે કે દરવર્ષે આખું રક્તાશય અથવા હૃદય ૬૦૩૦૦૦૦×૨ = ૧૨૦૬૦૦૦૦ રતલ લોહી પમ્પ કરવાનું કામ કરે છે. હવે આ ઉપરથી વિચારો કે આપણું હૃદય દશ વર્ષ અથવા વીશ વર્ષ કે આખી જીંદગી પર્યંત કેટલું બધું કામ કરે છે! અને આમ છતાં હૃદયનું કુલ વજન માત્ર અરધો રતલ છે.

લોહી દર કલાકે સાત મૈલ ચાલે છે.

રક્તાશયમાંથી વહેતો રક્ત પ્રવાહ દર મીનીટે ૬૨૧ ફુટની ઝડપે વહે છે, અને

દર કલાકે સાત મૈલ, દરરોજ ૧૬૮ મૈલ, અને દરવરસે ૬૧૦૦૦ મૈલની મુસાફરી કરે છે. પોતાનું લોહી જેટલી મુસાફરી કરે છે તેટલી મુસાફરી કોઇ પણ માણસે કદી પણ કરી નહિ હોય. એક પુખ્ત ઉમરના માણસના હૃદયના એક વિભાગ માંથી ફેફસામાં, અને ત્યાંથી પાછું હૃદયના બીજા વિભાગમાં થઈ આખા શરીરમાં ફરી છેવટે પાછું હૃદયમાં આવતાં લોહીને આશરે ત્રેવીસ સેકંડો લાગે છે.

બાળકના નાનકડા શરીરમાં લોહી પરિક્રમણ વધારે ત્વરાથી કરે છે, અને હૃદય તેજ પ્રમાણમાં વધારે ઝડપથી ધબકે છે, દાખલા તરીકે જન્મ વખતે હૃદયના ધબકારા દરમીનીટે આશરે ૧૩૬ થાય છે, અને લોહી આખા શરીરમાં આશરે ૧૨ સેકંડમાં ફરી વળે છે. ત્રણ વર્ષની ઉમ્મરે ધબકારાની સખ્યા ૧૦૮ હોય છે, અને રક્તપ્રવાહ પોતાની મુસાફરી આશરે પંદર સેકંડમાં પૂર્ણ કરે છે. પાંચ વર્ષની ઉમરે ધબકારા ૮૮ થાય છે, અને એક પરિક્રમણ કરતાં અઢાર સેકંડ જેટલો વખત લાગે છે.

વાસ્તવ જીવન પ્રવાહ.

લોહી એ જીંદગીની મોટામાં મોટી નદિ, અને વધારેમાં વધારે વસ્તીવાળો, અને ધમધોકાર બહોળા વેપારવાળો એક મહાન જળમાર્ગ છે. મજુરો, યોદ્ધાઓ, વૈતરા, કરોડો અને અબજોની સખ્યામાં કામ કરનારાઓ, પોતપોતાનું કામ અને ફરજ બજાવવા માટે આવવા અને જવાની ધમાલ મચાવી રહ્યા છે. એક ઘનફુટ જગા રોકે તેટલા લોહીમાં આવા એક જાતના મજુરો ("બ્લડ કોર્પસલ્સ" અથવા રક્ત પરમાણુઓ) ની સખ્યા ૧૨૦૦૦,૦૦૦,૦૦૦ (એક ખર્વ બે અબજ) જેટલી લગભગ હોય છે. મનુષ્ય શરીરમાં આશરે બે ગૅલન અથવા વીસ શેર લોહી હોય છે, અને એક ગેલન લોહી ૨૩૧ ઘનઈંચ જગા રોકે છે. તેથી ઉપર લખેલી ૧૨૦૦૦,૦૦૦,૦૦૦ (એક ખર્વ બે અબજ) ની સખ્યાને ૨૩૧ ની રકમે ગુણવાથી આખા શરીરમાં ઓક્ષીજન અથવા પ્રાણવાયુને ફેરવનાર, તથા કારબૉનીક ઍસીડ નામના ઝેરી વાયુને ઘસડી લાવનાર, લોહીમાં રહેલા "ઍરી થ્રોસાઇટ્સ" (Erythrocytes) અથવા રક્ત પરમાણુરૂપી લાલ મજુરોની સખ્યા જડે છે. જો આ નાનકડા વૈતરાઓને એક સપાટ જગાપર ગોઠવી દેવામાં આવે તો તેઓ ૨૮૦૦૦ (અઠાવીસ હજાર) ચોરસ ફીટ જગા રોકે–અર્થાત, બસે ફુટ લાંબા અને એકસોને ચાળીસ ફુટ પહોળા એક દિવાનખાનામાં આ લશ્કર ગોઠવાઇને બેસી શકે ! રક્તપ્રવાહ રૂપી જીવન વ્યવહારના વિશાળ માર્ગમાં (એટલે કે લોહીમાં) માત્ર આવા રાતા રંગનાજ મજુરો નથી:+ પણ બીજા કેટલાક સખ્યામાં બહુ થોડા, પરંતુ વધારે હુશીયાર, વધારે લાયકીવાળા, વધારે ચચળ હોય છે. તેઓ ને અનેક પ્રકારનું અને બહુ ઉપયોગી કામ કરવાનું હોય છે. સત્ય કહીએ તો શરીરના તેઓજ ખરા પાળક, વિશ્વાસપાત્ર રક્ષક અને મરામત કરી નવીન રાખનારા છે.

ફેફસાં શું કામ કરે છે.

શરીર જેટલી કરકસરપૂર્વક પોતાનું કામ કરે છે, તેવી અને તેટલી કરકસર મનુષ્યોના કોઇ પણ કામમાં જોવામાં આવતી નથી. દાખલા તરીકે, ઑક્ષીજન નામનો પ્રાણ-

+ ડૉ. ડબલ્યુ. આર. સી. લેટસનના એક અંગ્રેજી લેખ ઉપરથી અનુવાદ.

વાયુ લેઇને કારબૉનીક એસીડ ગૅસ કાઢી નાંખવાનું અગત્યનું કામ કરવા માટે બહુ મોકળાશ અને જગાની જરૂર છે. આ કામ પાર પાડવા માટે ફેફસામાં એવી અદ્દભૂત ગોઠવણ કરવામાં આવી છે કે જેથી શ્વાસમાં જતી હવાને ૧૬૦૦ (સેાળ સેા) ચોરસ ફુટ સપાટી મળે છે. આ જગા કેટલી વિશાળ હેાવી જોઇયે તેનેા ખ્યાલ આપવા માટે જણાવવાનું કે એક મેાટું દિવાનખાનું જે ચાળીસ ફુટ પહેાળું અને ચાળીસ ફુટ લાંબું હેાય તે દિવાનખાનાની જમીન જેટલી પહેાળી થઈ તેટલી જ એકંદર સપાટી શ્વાસમાં જતી હવાને મળી શકે તેવી ગોઠવણ ફેફસાંમાં કરવામાં આવી છે. ઘણાંજ ઝીણાં ઝીણાં વાયુપુટ અથવા " વૅસીકલ્સ " જેની મદદથી આટલી બધી જગા વાયુને મળે તેવી ગોઠવણ કરવામાં આવી છે, તે ફેફસાંમાંના વાયુપુટ અથવા " વૅસીકલ્સ " ની એકંદર કુલ સંખ્યા ૬૦૦ ૦૦૦ ૦૦૦ (સાઠ કરોડ) જેટલી છે. એકજ દિવસમાં ચારસેં ઘનફુટ હવા ફેફસાંમાં દાખલ થાય છે અને પાછી નિકળી જાય છે. દરેક પ્રશ્વાસ અથવા ફેફસામાંથી બહાર નીકળતી હવામાં બે ઘનઇંચ "કારબન ડાયેાક્ષાઇડ " અથવા કારબૉનીક ઍસીડ ગૅસ નામની ઝેરી હવા હેાય છે જે પાંચ હજાર ઘન ઇચ ચેાખ્ખી હવાને વિષમય કરી દેછે. દરરોજ ફેફસાંમાંથી પ્રશ્વાસ સાથે જે કારબન નિકળી જાય છે તેને જો બરાબર એકઠેા કરી તેને ઘટ્ટ બનાવવામાં આવે તેા ચેાવીસ કલાકમાં તેનું વજન આશરે અડધેા શેર કેાલસા જેટલું થાય.

ફેફસાંમાંથી પ્રશ્વાસની હવા બહાર નીકળતી વખતે દર સેકંડે તેંતાળીસ ઇંચની ગતિએ ચાલે છે, અને શ્વાસમાં અંદર જતી વખતે દર સેકંડે બાવન ઈંચની ઝડપે દાખલ થાય છે. ડુસકાં ખાતી વખતે, અથવા આશ્ચર્ય કે ભયથી હબક ખાતી વખતે હવા એકાએક બહુજ ત્વરાથી ફેફસાંમાં દાખલ થાય છે—એટલે કે, હવાની ઝડપ દર સેકંડે દસ અથવા તેા વીસ ફુટ જેટલી પણ થઇ જાય છે.

શરીરની બહારની સપાટીનું ક્ષેત્રફળ આશરે વીસ ચેારસ ફુટ છે, અને તેમાં પ્રસ્વેદ અથવા પરસેવાને બહાર કહાડવા માટે ૭૦૦૦૦૦૦ (સીત્તેર લાખ) બહુજ બારિક છિદ્રો હેાય છે, જેમાં થઇને લેાહીમાંનેા કચરેા શરીરની બહાર નિકળી જાય છે.

ત્વચા અથવા ચામડીને બે કામ કરવાનાં હેાય છે; એક તેા, પરસેવાને શરીરમાંથી કાઢવાનું, અને બીજું શ્વાસ લેવા મૂકવાનું. અર્થાત ત્વચા એક મદદનીશ ફેફસુંજ છે એમ કહી શકાય. નિરેાગ ત્વચાની મારફત ફેફસાંના કરતાં છઠ્ઠા ભાગ જેટલી હવા શરીરમાં આપણે લેઈ શકીયે છીયે.

વાળથી ચાર હજાર ચારસેં એંશી મણ.

માણસના માથા ઉપરના વાળની કુલ સંખ્યા સરેરાશ ૧૨૦૦૦૦ (એક લાખ, વીસ હજાર) જેટલી હેાય છે. વાળ ખેંચાણનું બળ બહુજ ખમી શકે છે. જો એક માણસના બધા વાળ એકઠા કરી ગુંથીને તેનું એક દોરડું બનાવવામાં આવે તેા તે દોરડું એંશી ટન અથવા ૪૪૮૦ મણ વજન ખમી શકે.

માથાપરના વાળ દરરેાજ એક તસુના પચાસમાં ભાગ જેટલા વધે છે, અથવા તેા એક વર્ષમાં સાત ઇચ લાંબા વધે છે. આંખની પાંપણેાના વાળ તેા આ કરતાં વધારે

ઝડપથી વધે છે, એટલે કહો કે, દરરોજ આશરે એક ઇંચના વીસમા ભાગ જેટલા. પરંતુ જ્યારે પાપણના દરેક વાળ એક તસુના ચારદશેાસ ભાગ ($\frac{1}{40}$ ઇંચ) જેટલો લાંબો થાય છે ત્યારે તે ખરી પડે છે. આખની પાપણના વાળનુ આયુષ આશરે એકસોને વીસ દિવસનું હોય છે.

આગળીઓના નખ બદલાઇને નવા આવી જતાં પણ લગભગ તેટલોજ વખત, એટલે કે, એકસો ને વીસથી એકસો ને ચાળીસ દિવસ લાગે છે. પગની આગળીઓના નખ પ્રમાણમા વધારે ધીમા ઉગે છે, કારણ કે તેમને બદલાઇને નવા થતા છ માસથી એક વર્ષ જેટલી મુદત જોઇયે છીયે.

અંગવૃદ્ધિ સંબંધી અદ્ભૂત બાબતો.

પંદર દિવસની વયના નાના બાળકની ઉંચાઈ અથવા લંબાઇ ઘણુંકરી સાડી ઓગણીસ ઇંચ હોય છે તે પછીના પંદર દિવસમા તેજ બાળક દોઢ ઇંચ વધે છે. તેને એક વર્ષ પુરૂં થતા તો તેની ઉંચાઇ કે લંબાઇ સવા અઠ્ઠાવીસ ઇંચની થાય છે તે પછી પણ જો તે બાળક તેટલીજ ઝડપે વધ્યા કરે તો, ત્રણ વર્ષ પુરા થતામા તો એક પુખ્ત ઉમ્મરના માણસ જેટલી, અર્થાત પાંચ ફુટ નવ ઇંચ ઉંચાઇ તેના શરીરની થઇ જાય પાચ વર્ષ પુરા થતામાં તો તેની ઉંચાઈ દસ ફુટ સાત ઇંચ થઈ જાય, અને તેની દસમી વર્ષગાંઠ આવે ત્યારે તો તે ખરેખર એક રાક્ષસ જેટલી ઉંચાઇનો, અર્થાત, અડસઠ ફુટ ત્રણ ઇંચ ઉંચો થઇ જાય. પરંતુ ખરીરીતે આમ બનતું નથી તેનું કારણ એ છે કે, પહેલુ વરસ પુરૂ થયા પછી વૃદ્ધિનુ પ્રમાણ ધીરે ધીરે ઓછુ થતુ જાય છે બીજા વર્ષમા સરેરાશ સાડાત્રણ ઇંચ વધારો ઉંચાઇમા થયેલો જોવામા આવે છે, ત્રીજા વર્ષમા માત્ર ત્રણ ઇંચ; ચોથા વર્ષમાં અઢી તસુ, અને તે પછીના દશ વરસમાં દોઢ ઇંચ લેખે ઉંચાઇમા વધારો પ્રતિ વર્ષ થયા કરે છે.

સાધારણરીતે ધારવામાં આવે તેમ, શરીરના વજનના વધારાનુ પ્રમાણ પણ ધીરે ધીરે બદલાતુ જાય છે. પહેલા બાવીસ અઠવાડીમા જેટલી મુદતમા બાળકનું વજન બેવડુ થઇ જાય છે. એક સાધારણ વજનનુ બાળક જો આ પ્રમાણે બારમા વધ્યા કરે તો તેની ચોથી વર્ષગાંઠ આવતાં પહેલાં તો તેના શરીરનું વજન બે ટન અથવા એકસોને બાર મણ થઇ જાય.

મનુષ્ય શરીર એક યાંત્રિક ચમત્કાર છે.

કથાયત્ર એક માની પણ શકાય નહિ તેવો સુચવણ ભરેલો અને સંપૂર્ણ સાચો છે. આખા શિલ્પશાસ્ત્ર અને યાન્ત્રિકકળામા એવી એક પણ કરામાત કે યુક્તિ નથી કે જેનો ઉપયોગ શરીરની અંદર થયેલો ન હોય. બરડવા, ઉચ્ચાલન અથવા 'લીવર,' 'ફીલ્ટર' અથવા એક જાતનાં પાણી ગળવાના યંત્ર, કાતરો, ગરગડીઓ, સર્વ બાજુએ તેવાં ફરી શકે તેવા સાધા અથવા "યુનીવર્સલ જૉઇન્ટ," "વાલ્વ" અથવા એકજ મેર ઉઘડે તેવા ઢાકણાં. 'કૅમેરા' અથવા છબી પાડવાનો સંચો, ઘંટી, ધમણ, દેવી સારંગી, તારનુ અનેક વાજી, હવા ફુકવાથી વાગતુ વાદ્ય, આખા પ્રદેશને રસાળ રાખનાર અદ્ભૂત 'પમ્પ,' આખા શરીર સામ્રાજ્યનો કચરો અને મળમૂત્ર વિગેરે વિના હરકતે કાઢી નાંખી

ઋકાય તેવી ગટરો વિગેરેની ગોઠવણ; વિજળીક તારના સંદેશા લાવવા લેઈ જવા માટેની વ્યુહ રચના (જેમાં દોરડાં વગર સંદેશા મોકલવાની પણ ગોઠવણ જોવામાં આવે છે), એક વિદ્યુત્પટ અથવા વિજળીક "બેટરી," કમાનો, પાટડા, નળીયાં, બે હજાર મૈલ લાંબી ભુંગળીઓ અથવા નલિકાઓ,—વિગેરે સર્વ અને તે સિવાય પણ યાંત્રિક અનેક યુક્તિઓ શરીરની અંદર હયાતી ભોગવે છે.

ભવિષ્યમાં થનાર દરેક જાતની શોધનો નમુનો શરીરમાં છે.

મનુષ્ય જાતે હજુ સુધી એક પણ એવી શોધ કરી નથી, કે જેને શરીરમાં રહેલા તેવાજ નમૂનાની સાથે સરખાવતાં માણસની બનાવટ તુચ્છ અને અપૂર્ણ ન દેખાય.

આના કરતાં પણ વળી વધારે નવાઇ જેવું તો એ છે કે એકજ પ્રકારનું યાંત્રિક કામ કરવાને માટે મહા મહેનતે જ્યારે મનુષ્યો બે ચાર જુદી જુદી યુક્તિઓ શોધિ કહાડે છે, ત્યારે પછી શરીરમાં તપાસ કરતાં તેવી સર્વ યુક્તિઓને એક સામટી કામે લગાડી ધારેલું કાર્ય વધારે સારી રીતે, અને ઓછી જગા તથા વધારે કરકસર પૂર્વક ઓછી મહેનતે સિદ્ધ થાય તેવી યોજના શરીરમાં કરી રાખેલી જડી આવે છે.

સુર અથવા અવાજ કાઢવાનું અદ્દભુત યંત્ર.

એક મુજીને રણકારો કરતા તાર અથવા દોરીના સુરને વધારે ચઢીયાતા સપ્તકને તીણો કરવાના ત્રણ ઉપાય છે. પ્રથમ તો તારને વધારે તાણીને તંગ અથવા "ટાઇટ" કરવાથી; સતાર વગાડનારા સતારનો સુર મેળવતી વખત આ પ્રમાણે કરે છે. બીજી રીત, તારની લંબાઇ ઓછી કરી તેને ટુંકો કરવાની છે. સુર મેળવ્યા પછી સતારમાં ગાયન ઉતારતી વખત તાર પર આંગળી ફેરવી વગાડનાર એકજ તારને લાંબો ટુંકો બનાવી જુદી જુદી જાતના સુર ઉપજાવી શકે છે. અને છેવટે ત્રીજી રીતે તારને વધારે પાતળો અથવા ઝીણો કરવાનો છે. તાર અથવા દોરી જેમ વધારે તંગ, વધારે ટુંકી, અને વધારે પાતળી તેમ સુર વધારે તીણો અને ઉંચા સપ્તકનો નિકળે છે.

હવે, માનવ શરીરમાં રહેલા આશ્ચર્યકારક વાજીંત્ર, કે જેનાવડે મનુષ્યો ગાઇ તથા બોલી શકે છે, તેમાં એવી તો અદ્દભુત ગોઠવણ કરેલી છે કે માત્ર એકજ ચલન વલન કે ક્રિયાથી, એટલે કે "એરીટીનૉઇડ કારટીલેજ" ને ફેરવવાથી, ગળામાં રહેલા સુર કાઢનાર તાર એકજ સપાટે તંગ, ટુંકા, અને પાતળા થઇ જાય છે. આજ કારણને લીધે કંઠમાં રહેલા નાના સરખા વાજીંત્રમાં સ્વરભેદ અને સ્વર મિશ્રણ કરવાની શક્તિ તથા મર્યાદા પ્રમાણમાં એટલી બધી વધારે હોય છે, કે જેની થોડી ઘણી બરાબરી કરે તેવું યંત્ર માણસ બનાવે છે તો, તે ચાર પાંચ ફુટ લાંબુ, ભારે, અને બેડોળ થાય છે. રક્તાશ્રય અથવા હૃદય, ફેફસાં, આંખ, રૂધિરાભિસરણ અને બીજી અનેક બાબતોના સંબંધમાં પણ તેમજ છે. માણસની સર્વ બનાવટો કરતાં આ માંનો દરેક ભાગ ભેદક અને આશ્ચર્ય ઉપજાવે તેટલો ચઢીયાતો હોય છે.

બરડવાં, ઉચ્ચાલનો, કાતરો, અને ઘંટી.

કોણી, ઢીંચણ, અને આંગળીઓના સાંધા એ સાધારણ બરડવાં છે. ખભા અને માથા આગળના સાંધા એ સર્વ દિશામાં ફરી શકે તેવા નમૂનેદાર ઉત્તમ "બૉલ અને

સૉકેટ જૉઇંટ" અથવા તો "યુનીવર્સલ જૉઇંટ" છે. આવા દરેક સાંધા એકાદ ઉચ્ચાલનને ફેરવે છે, અને ત્રણે પ્રકારના ઉચ્ચાલન અથવા "લીવર" શરીરમાં જોવામાં આવે છે. મોઢાના આગલા દાંત બરાબર કાતરનું કામ કરે છે, અને દાઢોની ક્રિયા પથ્થરની ઘંટીના કામને બહુજ મળતી આવે છે.

શરીરની કમાનો, થાંભલા, પાટડા, અને ટેકા.

લાંબા હાડકાં—અને ખાસ કરીને સાથળના હાડકા (the femur)—ને છેડે મૂકાયલા ટેકા કે પાટડા જેવા કોઇ પણ ખોડ ખાંપણ વગરના નમૂનેદાર પાટડા કે "ગરડર" કોઇપણ એન્જીનીયરે હજીસુધી પૂલ બાંધવામાં બનાવ્યા નથી, તેમજ સાથળના લાંબા હાડકા સાથે બસ્તિનું હાડકું મળવાથી જેવી સંપૂર્ણ અને નમૂનેદાર કમાન બને છે, તેનાથી વધારે સારી જાતની કમાન બનાવવાની યોજના ખોળી કાઢી શકયો નથી. ફરસબંદી કરવાના અને નળીયા ચઢાવવાની બાબતમાં જણાવવાનું કે આખું શરીર અંદર અને બહારથી એવા આચ્છાદનથી ઢાંકવામાં આવ્યું છે કે, જે કેટલીક જગાએ સ્લેટના પથ્થર જેવું લાગે છે, તો કેટલીક જગાએ કરચોલીઓવાળું અને ખરબચડું, અને વળી અન્ય કેટલેક સ્થળે બાદશાહી હમામખાનાની સુંદર સુંવાળી ફરસબંદી જેવું જણાય છે.

વાલ્વ, ધમણ, અને કૅમેરા.

રક્તાશય અથવા હૃદયમાં કેટલીક સર્વોત્કૃષ્ટ અને સંપૂર્ણ 'વાલ્વ' અથવા એકજ તરફ પોતાની મેળે ઉઘડે તથા બંધ થાય તેવાં ઢાંકણ આવેલાં છે, તથા નાડી.અને ધમનીઓમાં તો આવી "વાલ્વ" ઘણીજ છે મનુષ્યના કંઠનું બોલવાનું યંત્ર તે તારવડે અને ધમણની હવાથી વાગનાર વાદ્ય છે. કંઠમાં આવેલા સુર કાઢવાના તાર ફેફસામાંથી બહાર નિકળતી હવાના અથડાવાથી ધ્રુજે છે. શ્વાસ લેતી મૂકતી વખતે છાતી બરાબર એક ધમણનું કામ બજાવે છે.

આંખ એક મનોહર "કૅમેરા" અથવા છબી પાડવાનું યંત્ર છે. કારણ આંખની બનાવટ નો અભ્યાસ કરીને જ પછી "કૅમેરા" ની શોધ કરવામાં આવી હતી. આંખ રૂપી કૅમેરાનો "લેન્સ" અથવા બહિર્ગોળ કાચ એવી તો સર્વોત્તમ રીતે બનાવેલો છે કે, જેના વડે દૂરમાં દૂર આવેલી કે છેકજ નજીકની, નાનામાં નાની કે મોટામાં મોટી ચીજની બહુજ પ્રમાણમાં છબી એક ક્ષણ કરતાં પણ બહુજ ઓછા વખતમાં પાડી શકાય, એવી તેની સ્થિતિસ્થાપકતા અને લાયકી છે આવો 'લેન્સ' હજુ સુધી કોઇ પણ માણસ બનાવી શકયો નથી, અને ભવિષ્યમાં બનાવી શકવાનો સંભવ પણ નથી એક ઇંચના છસેને પચીસમા ભાગ (૧/૬૨૫ ઇંચ) જેટલી જાડાઇની અતિ સૂક્ષ્મ ચીજને પણ નરી આંખ જોઇ શકે છે આવી ઝીણી ચીજની છબી આંખના અંદરના 'રેટીના' નામના પડદા ઉપર એક ઇંચના બાર હજાર પાંચમેં મા ભાગ (૧/૧૨૫૦૦ ઇંચ) જેટલી અત્યંત સૂક્ષ્મ રૂપમાં પડે છે સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રની સહાયતાથી આંખ એક ઇંચના ચાર લાખમા ભાગ (૧/૪૦૦૦૦૦ ઇંચ) જેટલી બેહદ સૂક્ષ્મ વસ્તુ પણ પારખી શકે છે. લોહી અને અન્નરસને શરીરના-સર્વ ભાગને સતત પહોંચાડયા કરવાની શરીરમાં જે ગોઠવણ કરેલી છે તે એક પણ માની ન શકાય તેવા ગુંચવણ ભરેલા છતાં સર્વોત્તમ નમુનેદાર

"ઇરીગેશન" અથવા પ્રાણાલિકાસિંચનનો દાખલો છે. અને કેટલાક શરીરના અવયવો 'ફીલ્ટર' કરવાની અથવા ગાળવાની એક ખાસ યુક્તિથી લોહીમાંનાં અમુક અમુક જાતનાં ઝેરી તત્વોનેજ પકડી લેઇ, કેટલીક ખાસ નળીઓ મારફત તેમને શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખવાની જે યોજના શરીરમાં છે, તેના જેવી ગાળવાની તથા મોરી અને ગટરની ગોઠવણ દુનિયાં પર બીજે કયાંઇ જોવામાં આવતી નથી.

વાયરલેસ ટેલીગ્રાફ અને લેબોરેટરી.

મનુષ્ય શરીરના લાખો જ્ઞાનતંતુઓ ટેલીગ્રાફના તારનાં દોરડાંની માફકજ કામ કરે છે. પરંતુ આ જ્ઞાનતંતુઓ જે "ડેન્ડ્રન્સ" અથવા પુરાના બનેલા છે તેમના છેડા એકમેક સાથે લગોલગ અડકતા નથી, તેથી વચ્ચેની ખાલી જગામાં થઇને જે સદેશા જાય છે તેને "વાયરલેસ ટેલીગ્રાફ" કહીયે તો ખોટું નહિજ. જ્ઞાનતંતુઓની મારફત સંદેશા દર સેકંડે એકસોને દસ ફુટની ઝડપે આવ જા કરે છે.

છેવટે, માણસના આખા શરીરનો એકંદર વિચાર કરીયે તો તે એક વિદ્યુતઘટ અથવા વિજળીક 'બૅટરી' છે, કે જેમાં ઉત્પન્ન થતી વિજળી અથવા વિદ્યુત માપી શકાય તેટલી હોય છે. વળી શરીર એક 'કૅમીકલ લૅબોરેટરી' અથવા રાસાયણિક પ્રયોગ શાળા પણ છે; કારણ કે તેમાં ઘણા મિશ્ર પદાર્થોને તેમના મૂળ પદાર્થોમાં છુટા પાડી નાંખવામાં આવે છે, તેમજ વળી ત્યાં કેટલાક નવીન અને ઘણાંજ બળવાન મિશ્રણો—જેવાં કે,ગૅસ્ટ્રીક જ્યુસ અથવા જઠર રસ, પીત્ત, પૅન્ક્રીઍટીક જ્યુસ વિગેરે તે ઉપરાંત વળી પાણી, ચ્હા, સોડાવૉટર, દારૂ, મીઠું, ખાંડ વિગેરે અનેક તરેહના પદાર્થોને તેમના જુદા જુદા ઉપયોગ કે હાનિકારક અસરના પ્રમાણમાં તેમના નાંખા નાંખા તફા પાડી, યા વર્ગીકરણ કરી તેમની ઘટતી વ્યવસ્થા પણ આ શરીરની અદ્‌ભુત પ્રયોગશાળામાંજ કરવામાં આવે છે.

ચર્મચક્ષુ એ માનવ શરીરમાં જણાતી અદ્‌ભુત રચના અને વિચિત્ર ક્રિયાઓ માંથી કેટલીક મુખ્ય મુખ્ય બાબતોનું ઉપર પ્રમાણે ટુંકામાં વર્ણન કર્યા પછી, જ્ઞાન ચક્ષુ વડે જોનારને માનવતનુ કેટલુ પવિત્ર અને આશ્ચર્યની સાક્ષાત્ મૂર્તિ સમાન ભાસે છે, તે વિષે થોડું પણ ન લખીયે તો આ લેખ કેવળ અપૂર્ણજ ગણાય માટે તે સંબંધિના અનુભવવાળા જ્ઞાનિઓ આ વિષયમાં શું કહે છે તેના થોડાક નમુના અત્ર આપવાની રજા લેઇએ છીયે:—

વિશ્વ વિખ્યાત જગદ્‌ગુરૂ-આદિ ભાષ્યકાર શ્રીમત્ શંકરાચાર્ય ભગવાન કહે છે કે:—

-काशीक्षेत्रं शरीरं त्रिभुवनजननी व्यापिनी ज्ञानगंगा
भक्ति श्रद्धा गयेयं निजगुरु चरण ध्यान योगः प्रयोगः ।
विश्वेशोऽयं तुरीयः सकल जनमनः साक्षी भूतोऽन्तरात्मा
देहे सर्वं मदिये यदि वसति पुनस्तीर्थ मन्यत् किमस्ति ॥

અર્થઃ—શરીર એજ કાશી ક્ષેત્ર છે, જ્ઞાન એજ ત્રણ ભુવનની માતા, ભક્તિ અને શ્રદ્ધા એજ ગયાજી છે; પોતાના ગુરૂદેવના ચરણ યુગલનું ધ્યાન એજ પ્રયાગરાજ છે; આ તુરીય સઘળા જન્મ જન્માન્તરનો સાક્ષીભૂત અન્તરાત્મા એજ વિશ્વનાથ છે; જ્યારે

(આ પ્રમાણે) સઘળાં તિર્થ મારા જ દેહમાં વસી રહેલાં છે, ત્યારે પછી (મને) બીજા તીર્થની શી જરૂર છે ? । "

એજ પ્રમાણે યોગીઓને અંતરમાં થતા અદ્ભૂત દર્શનની કાંઇક ઝાંખી કરાવનાર, ઉપર લખેલા શ્લોકના જેવાજ ભાવાર્થનું એક ઉમત્ત પદ શ્રીયુત છોટાલાલ જીવનલાલે રચેલું છે, જે ઉપયોગી હોવાથી અત્ર ઉતારવાની રજા લઇયે છીયે:—

મનુષ્યદેહ એ વસ્તુતઃ કાશી છે.

(" એક સાંજને સમે ઉભી અટારી, " એ લય.)

માનવદેહ વિશ્વમાંહી સત્ય કાશી,
વસે છે જ્યાં વિશ્વનાથ અવિનાશી;
કોઇ વિરલ સંત દેહે દેવ જાણે,
અચલ સુખ ન્યાળી નાથ નિત્ય માણે

ઉત્તમ મંદિરમાં મંદિર, અલૌકિક છે મનુષ્ય શરીર,
અવર મંદિરો ઘડતા જનો, આ નમુનો પણ પ્રભુ હાથનો;
રચના જેની અદ્ભૂત અતિ, વરણી શકતી ના ભારતી,
શમાવીયા જ્યાં ચૌદે લોક, મર્મ લહે યોગી જન કોક.

બ્રહ્મસદન અથવા ગગન—ગઢથી જેહ પ્રસિદ્ધ,
સહસ્રદલ પદ્મ પ્રકટ, અનેક જ્યાં છે સિદ્ધ;
આદ્ય શક્તિ સહ મધ્યમાં, વસ્યા પ્રગટ પ્રભુ સાથ,
સિદ્ધ ઋષિ મુનિ જેમન, સમાધિમાં નિત્ય ધ્યાય,

કોટિ રવિનું પણ જ્યાં તેજ, અનુભવી જન વર્ણે નિસ્તેજ,
રશ્મિ પડતાં જેનો એક, પ્રગટે શુદ્ધ સત્વ ઉદ્રેક

સ્થુલથી મહા માત્ર સુધી, સમગ્ર અણુની માંહ્ય,
મહા પ્રકાશ પ્રવેશતાં, તત્ક્ષણ તિમિર વિલાય,
ભૂતની ગતિ આગતિ, સ્થિતિ, ઉત્પત્તિ, લય મર્મ,
સત્ય સહજ સઘળું યતું, ભામે અપૂર્વ શર્મ.

પડે અવિદ્યા પાય, સિદ્ધિ નિધિ પણ તુચ્છ લહાય,
કીટ મટી જીવ મહેશ્વર થાય, મહિમા વેદથી પણ ન થાય

જયધ્વની ચૌદ ભુવન થતો, થતા દિવ્ય બહુ ગાન,
ઉત્સવ પ્રભુ મંદિર સમો, દીઠો ન, સુણ્યો ન કાન,
વિશ્વપતિની વિભૂતિઓ, અનેક દેવ ગણાય,
તે પણ તનુમંદિરમાં, અણુ અણુ માંહિ ભળાય.

અજ હરિ હર નિજ શક્તિસાથ, દ્વિદલપદ્મમાં સ્થિર વિખ્યાત;
વરણ સૂર્ય ને અગ્નિ ચંદ્ર, કુબેર યમ ગણપતિ ને ઇંદ્ર

વામન દિક્પાલો અને, મરૂત્ અશ્વની કુમાર,
શેષ વસુ દેવાદિ બહુ, વિભૂતિનો નથી પાર;
વિવિધ ચક્રમાં કો તણાં, કોનાં અવયવ માંહ્ય,
આંતર કરણે કો તણાં, મંગળ દર્શન થાય.
દિવ્ય અદિવ્ય જગતમાં જેહ, માનવ તનુમાં મળતું તેહ,
સંસ્કારી કો શ્રદ્ધા ધરે, બીજા મુખ મરડીને ફરે.
મહિમા માનવ તનુ તણો, યથાર્થ સમજે તેહ,
ગુરૂથી કુંચી પામીયા, ભાગ્યશાળી જન જેહ;
મળની ખાણુ ગણી બીજા, નિંદે તનુંને નિત્ય,
મંદિર ઈશ્વરનું લહી, નૃહરિશિશુ ગ્રહે હિત.

जाणवा जोग खबरो.

લેખક.—તંત્રી.

(દવા દારૂ વીના સાજા કરનારા તબીબો.)

સુધરેલા દેશોમાં વૈદક વીદ્યા ઝડપથી આગળ વધતી જાય છે ત્યાં દવાવીના દુખ સાજાં કરનારા તબીબોનું એક નવું ટોળું હસ્તીમાં આવ્યું છે એ ઘણાકોને કેહતકજ લાગશે પણ એ તબીબો કાંઇ વેશ ધારીઓ કે ઠગારાઓ નથી તેઓ ખરેખરા બીદ્વાન છે અને માણસનાં શરીરના બંધારણના પુખ્ત અભ્યાસ ઉપરથીજ તેઓ એ છેવટ ઉપર આવ્યા છે સર્વે અવયવોમાં ભેજું બળવંત છે અને સઘળા ઊપર તેનોજ અમલ ચાલે છે. ભેજાંની એ અદ્ભુત શક્તી દુખ દરદો સાજાં કરવા માટે ખીલવી કામે લગાડવા શીવાય તેઓ કશો વધુ દાવો કરતા નથી. એ જાતની સારવાર માટે મંડળીઓ અને હોસ્પીટલો પણ હવે ઉભી થવા લાગી છે અને તેઓ સાયકો થેરાપ્યુતીક સોસાઇટી લીમીટેડ, અને સાયકો થેરાપ્યુતીક હોસ્પીટલ, એ નામે ઓળખાય છે ડેકસટન ખાતેની એક મંડળીના ઉપર પ્રમુખ ડૉકટર ગૅરબસ વીન્સલોએ એ નીયમની સમજણ આપતાં જણાવ્યું હતું કે તેમાં કશું અજબ જેવું નથી કેમકે દુન્યાનો કારબારજ તે નીયમ ઉપર ચાલે છે એ નીયમનો હેતુ મનુષ્યને સુચના કરી તેનાં ભેજાંને ગતી આપવાનો છે અને એ ગતીની અસર માણસ જાતની મોજશોખ અને પોશાક વીગેરમાં આપણે દરરોજ અનુભવિયે છીએ. જેને આપણે ફૅશન તરીકે ઓળખિયે છીએ તે કાંઇજ નહી પણ માત્ર એવી સુચના છે અને તે સુચના જેમ તુરંત ઉપાડી લેવામાં આવે છે તેમ બીજી સુચનાઓના સબંધમાં પણ બની શકે એટલે એવી રીતે માણસનાં ભેજાં ઊપર અસર કરવાથી નીરોગીને રોગી અને રોગીને નીરોગી પણ બનાવી શકાય પણ એવી સુચના કરવાનું કાંમ કાંઇ સહેલું નથી અને તે સઘળાથી બની શકે એમ પણ નથી. જેમ એક બાહોશ તબીબજ ઘટતી ઔષધી ફરમાવી શકે છે તેમ એક લાયક અનુભવીજ સુચના આપવાનું કાંમ પણ બજાવી શકે. પેરીસમાં ડૉક્ટર બેરીલૉન નામે વીદ્વાને એક ખાસ

હૉસ્પીટલ સ્થાપી એ રીત મુજબના સારવારથી-છાકટા વ્યસનીઓ-પ્રજાઓ અને એવી સારવારથી ફાયદો મેળવી શકે એવા બીજા દરદીઓને સાજા કરવાના અખ્તરા અજમાવવા માડ્યા છે એ હોસ્પીટલના દરવાજામા દવાનું એક ટીપુ સરખુ પણ દાખલ કરવાની સખત મનાઇ છે તબીબો નીયમીત દરદીઓની સેવામા હાજર રહી તેમને સુચના આપતા રહે છે અને એવી સારવારના લાભથી ઊપલા વગના ઘણાક દરદીઓ સુધરીને સાજા થઇ ગયા છે ડૉક્ટર વીન્સલો એ પ્રકારની સારવારને વહેમી ગણી હસી કહાડનારાઓની હવે સપુર્ણ હાર થએલી જણાવી ઇગ્લૅન્ડમાં પણ હવે એ હોસ્પીટલ કહાડવાની હેમાયત કરે છે

જંતુ વિદ્યા સબંધી.

જતુ વિદ્યાના શોધકોને હવે ખાવાપીવાના પદાર્થોમા પણ જતુઓ આવે છે તે સબધે શકા ઉઠવા લાગ્યા છે ખાવાના લીલા શાકમાં પણ જતુઓનો વાસ હોવો જોઇએ એમ તેમને લાગવાથી તે સબધી પણ શોધ કરવાને તેઓ ચુકયા નથી લીલા શાકમા રોગનો ફેલાવો કરનાર જતુઓ મહોટા પ્રમાણમા રહી રોગોનો ફેલાવો કરે છે એવી બીક કેટલીક બાજુથી દેખાડવામા આવતા કેટલાએક વિદ્વાન શાસ્ત્રીઓએ તે સબધી અખતરા કર્યા હતા અને તેઓ જે નિર્ણય ઉપર આવ્યા છે તે નિર્ણય ઉપરથી શાકને લગતી બીક પાયા વગરની ઠરે છે એમ ધારવામા આવતુ કે શાકના ઝાડોના મુળમા જતુઓ રહે છે અને તેથી જે પ્રકારનુ ખાતર તેઓને ઉગાડવામા વાપરવામાં આવે છે તે મારફતે તે જતુઓ તેમા દાખલ થતા હશે તે સબધમા રૈપલીનગર અને નાથરી નામના બે વિદ્વાનોએ છોડવાઓ અને ઝાડોને જતુઓનો લેપ લપાડી તે ઝાડો અને છોડોના સાંઠાઓના અદરના ભાગમાંથી મહોટી સખ્યામા જતુઓ ઉત્પન્ન કરવાનો અખતરો કર્યો હતો પણ તેમાં તેઓને ફતેહ મળી શકી નહી તેઓ આ અખતરા પછી એવા નિર્ણય ઉપર આવ્યા છે કે છોડવાઓ અને ઝાડની બાહારની બાજુ ઉપરજ જતુઓ રહે છે પણ તેઓ અદરના ભાગમા દાખલ થતા નથી એટલે એવા શાકોને પાણીથી ધોઇ નાખી ઉપયોગમા લેવા એ વધારે સારૂ છે

कजोडा अने कन्याविक्रयनो करुणाजनक करमकथा.

(લેખક—રા રણછોડભાઇ વહાલજી પટેલ, જોહાનેસ બર્ગવાળા)

" વાંચક ભાઇ અથવા બહેન ! તમે જે કોઈ હો, મારી અભાગિણીની કથા તમે વાચશો નહિ ! અરેરે ! આ કરપીણ કહાણી લખતા મારો હાથ ધ્રુજે છે, મારી આખના આસુઓ લોહી બે ચાર લીટી હું લખુ છુ, અભાગીઓ પ્રાણ ખોળીયું છોડી નિકળતો નથી મારાં હાડકા ચામડીથી બહાર નીકળી પડયા છે કલમ પકડવાની પણ શક્તિ નથી. તોપણ હુ મારા નસીબની વાત આજે ખુલ્લી મૂકી, દુ:ખનો ઉભરો શમાવું છુ મારૂ નામ .. .. પણ—

હતો. અરે હું જ એક દુઃખી અને નિરાશ હતી. શિવાય સર્વત્ર આનંદ આનંદ થઇ રહ્યો હતો. જ્યાં દૃષ્ટિ નાંખુ ત્યાં પ્રફુલ્લતા નજરે પડતી. પ્રફુલ્લચંદ્ર પ્રફુલ્લ નક્ષત્રમાલા—પ્રફુલ્લ સમીરન—પ્રફુલ્લ આમ્રશાખાસીન પપૈયાનો કંઠ, સર્વત્ર પ્રફુલ્લતા છવાઇ રહી હતી. હું માત્ર અભાગિની, કર્તવ્યહીન, ઉદ્દેશહીન, એક અદૃષ્ટ માર્ગમાં નિઃસંગ વિચરનારી હતી!!

મારાં ચક્ષુમાંથી અશ્રુધારાઓ વહેવા લાગી હૃદયમાં અંગાર બળવા લાગ્યો, મસ્તક ભમવા લાગ્યું, અને ક્ષણવારમાં તો ભૂમી ઉપર ઢળી પડી. પુનઃ જ્યારે આંખો ખોલી ત્યારે હું બિછાનામાં હતી. બાજુમાં બાપા, મા અને વૈદ બેઠા હતા. વૈદને હું બરાબર ઓળખતી હતી, તેથી તેને જોઇને મેં બાપાને પુછ્યું, કેમ બાપા કોણ માંદું છે? મારા પિતાએ જવાબ આપ્યો, કોઇ નહિ, પુત્રી, તને જરા ઠીક ન હતું તેથી વૈદરાજને બોલાવ્યા છે. મને સમજાયું કે અગાશીમાંથી બેશુદ્ધ થયા પછી મારી આ સ્થિતિ છે. મેં બાપાને હિંમત આપી. અને સારૂં થયા પછી હું મારા કામમાં ગુંથાઇ ગઇ. મારા પિતા મારી સગાઇ કરવાના પ્રયત્નમાં હતા, અને થોડા દિવસમાં કરી પણ નાંખી, હવે આગળ બિના લખતાં મારૂં હૃદય ફાટી જાય છે. હું આટલેથીજ સમાપ્ત કરૂં તો ઠીક. પણ ખરી હકીકત તો હવેજ લખવાની છે. નિષ્ઠુર હૃદયના મારા પિતા તથા પાપી હૃદયની મારી માતાએ પૈસાની થેલીઓ લેઇ ઘરમાં મૂકી એક બુઢા સાથે મારૂં સગપણ કર્યું, એ વાત જ્યારે મારા સાંભળવામાં આવી ત્યારે મારા દિલની અંદર કેવી હોળી સળગી ઉઠી, તેનો ભયાનક ચિતાર હું આપી શકીશ નહિ, લજ્જા અને શરમને હવે આવે સમય ગણકારવી એ મુર્ખતાજ હતી. કારણકે જીંદગી સુધી જેની ભાર્યા થઇને રહેવું, તે ભરથારનો સ્વભાવ, ઉમ્મર, અને વિદ્વત્તા જાણ્યા પહેલાં આંખ મીંચી ભાવી સંસારમાં ઝીંપલાવવું તે એક ઘણુંજ નિર્દય સાહસ કહેવાય. પૈસા એ એક એવી ચીજ છે કે હાલના જમાનામાં દરેક પવિત્રમાં પવિત્ર સંબંધને ભુલાવી દે છે. મારાં માતા પિતાએ પૈસાની ધગધગતી ઇચ્છામાં મારા ભાવિ સુખ દુઃખનો વિચાર સરખો નહિ કરતાં માત્ર પોતાની સ્વાર્થી નીચ લાલસા તૃપ્ત કરવા મને જાગતી ચિતામાં હોમી, એ વાતની જ્યારે મને ખાત્રી થઈ ત્યારે મારા શરીરમાં કંપારી છુટી. વાત પર વાત લાવી મેં મારી માને ખુલ્લું સંભળાવી દીધું, કે તમે મારૂં જેની સાથે લગ્ન કર્યું તેની ઉમ્મર બાપા કરતાં પણ મોટી છે, અને મારે પણ તે બાપા સમાનજ છે. હું ભીખ માગીને પેટ ભરીશ. અથવા અફીણ ખાઇ પ્રાણ કાઢીશ પણ તે ઘરડાને કદી પરણવાની નથી. પણ મારાં નિર્દય માતપિતાએ મારી દકની બીલકુલ દરકાર રાખી નહિ. આડોશી પાડોશી, તથા ન્યાત જાતિલાઓ કહેવા લાગ્યા કે બાપે બહુજ મૂર્ખાઈ કરી છોકરીને કુવામાં નાંખી છે. પણ સગપણ પાછું ઠેલાય નહિ, એમ બધાઓ કહેવા લાગ્યા. હાય! મારાં લગ્ન લખાયાં, અંતે આ અભાગિણીનો વિવાહ થઇ ગયો, પુત્રિ જેમ પિતાના હાથને વળગે, તેવાજ ભાવથી મેં તે વૃદ્ધ પુરૂષના હાથમાં હાથ મુક્યો. અરેરે! કોઇને પણ દયા આવી નહિ. ધિક્કાર હજો એ માતા પિતાને કે જે પોતાની પુત્રીને આમ ભવસાગરમાં ડુબાડે છે; ધિક્કાર હજો એ રિતીને કે જે આવા ઘાતકી રિવાજને ઉત્તેજન આપે છે.

લગ્ન થયા પછી હું મારા આત્માની શાંતિને વાસ્તે મારે હવે શું ઉપાય કરવા તેનાજ વિચારમાં રહેતી. ધર્મનાં પુસ્તકો ઉત્તમ નિબંધો, વર્તમાનપત્રો વિગેરે હું હમેશ વાંચતી.

મારાં માતાપિતાએ મને જેને સ્વાધિન કરી તેને મેં ઇશ્વર માની લીધો. આર્ય બાળા વાસ્તે પતિસેવાથી બીજું ઉત્તમ કાર્ય શું છે! પતિભક્તિથી વધારે આનંદનું સ્થાન અબળા જાતિને બીજું સંસારમાં શું છે! મારા કમનશીબે લગ્ન થવાના દિવસેજ મારા પતિને જીર્ણ જ્વર આવતો હતો. તેની સાથે ખાંસી પણ વધતી ગઇ. લગ્ન થયા પછી એકાંતમાં એક બે મીઠી વાતો કરવાનો પ્રસંગ પણ પ્રભુએ મને આપ્યો નહિ. મંદવાડ વધતો ગયો, અને આખરે હે દૈવ! મારે સૈાભાગ્યનો ચુડો ફોડવો પડયો. જે દિવસે મારા ઉપર આપ-ત્તનું વાદળું તુટી પડયું તે દિવસે મારી ઉમ્મર માત્ર ૧૮ વર્ષની હતી. આજ તેને ચાર વરષ થઇ ગયાં. પતિ સુખ શું છે, તે મે માત્રે પુસ્તકોમાંજ વાંચ્યું છે. હું એક ઉત્તમ ગૃહિણી થઇ મારા પતિ સાથે પ્રેમથી રહી, આ સંસારમાં આનંદમય જીવન ક્યારે વ્યતિત કરીશ એજ મારી આશાઓ હતી. તે સર્વ ધુળમાં મળી ગઇ. અરે હાય! આટલેથીજ મારા દુઃખની સમપ્તિ થાય તો પણ હું સુખ માની લેત. પણ સ્વામિના મૃત્યુ પછી આ હતભાગિની પાસે આજે એક પાઇ પણ નથી. માતા પિતા પણ મરી ગયાં, અને સાસરા તરફથી આજે મને કોઇ પુછતું નથી કે અરે તને ખાવાનુ મળે છે. વાસણ કુસણ માંજી ઘંટી ફેરવી, પાણી ખેંચી, મને ઘણી મુસીબતે એક વખત અપૂર્ણ ભોજન મળે છે. અરેરે! સુકો રોટલો અને પાણી પણ મને અમૃત સમાન છે. સ્વામી વગર અબળાનો સંસાર કંગાલમાં પણ કંગાલ છે. આજે મારા દેશી ભાઇઓ સ્વરાજ્ય, સ્વરાજ્યની બુમો પાડવામાંજ રોકાયા છે, તેઓને હું હાથ ઉંચા કરીને અરજ કરું છું કે, હે ભાઇઓ! વિધવાના દુઃખની ખબર લ્યો, જે દેશની ભૂમિ ઉપર રિબાતી દુઃખી અબળાનાં અશ્રુઓ પડે છે, તે ભૂમિ અપવિત્ર છે---તે ભૂમિ શ્રાપિત છે—ત ભૂમિ ઉપર ગુલામગીરીના લીલા અક્ષર કોતરાય છે. જે દેશમાં અબળાઓના હૃદયમાંથી નિઃશ્વાસની ધમણો ચાલે છે, તે દેશની સમૃદ્ધિ અને નિધી બળીને ભસ્મ થઇ જાય છે. ધિક્કાર છે તે દેશને કે જે દેશમાં અબળા જાતી ઉપર નિર્દયતાના કુઠાર ચલાવવામાં આવતા હોય. સેંકડો નહિ, હજાર નહિ લાખો નહિ, પણ કરોડો એવી વિધવાઓ દેશમાં છે કે જેની હાય હાયથી દેશમાં પાપ અને અધમતા ફેલાઇ રહ્યાં છે, મારો આ છેલ્લો અવાજ છે આજનો દિવસ એ મારી જીંદગીનો છેલ્લો છે. આજ ને આજ રાત્રે ઝેર પી મારા પ્રાણુને આ અશુભ ખોળીઆમાંથી કાઢી નાંખીશ. રામ રામ!"

ઉપરનું બધું લખાણ લખ્યાને બીજે દિવસે તે વિધવા સ્ત્રીએ પ્રાણુનો ત્યાગ કર્યો.

* * * * * *

जोतिषशास्त्र अने वैदकशास्त्रनो निकटनो संबंध.

(અનુસંધાન પૃષ્ઠ ૨૧૪ થી)

પુરાતન કાળમાં સ્ત્રી પુરૂષનો લગ્ન સંબંધ સ્વયંવર વિવાહથી થતો હતો પછી એવો કાળ પણ આવ્યો કે કન્યા અને વરના માતાપિતા કે તેમના વાલી વરકન્યાના જન્મ કુંડ-લીના ગ્રહો તેમના સામુદ્રીક લક્ષણો વરકન્યાનાં કુળગોત્ર સ્વભાવ રાશી સ્વામી જાતીવર્ણ નક્ષત્ર ગણ યોની નાડી, અંક વિગેરે પરસ્પરની જન્મકુંડલીથી મેળવ્યા પછી જ વિવાદ નકી

ફરી પછી લગ્ન સબધ કરતા. અને તે વખતે ચાર વર્ણ હોવાથી કન્યાનું અને વરનું ક્ષેત્ર પણ વિશાળ હતુ આવા સમયમા આર્યાવર્તમાં અનેક માહાન પુરૂષોનો જન્મ થતો તેઓ શરીરે સુદર દીર્ઘાયુષી બુદ્ધી માન અને વિર્યવાન હોવાના અનેક દાખલાઓ આપણા આર્યશાસ્ત્રોમાથી મલી આવે છે કાળ ચક્રની ગતી વિચીત્ર છે. એ ઉદય કાળનો ધીમે ધીમે અસ્ત થવા લાગ્યો અને પ્રજાવર્ગમાં માહ્યોમાહ્ય ફુસંપ થવા લાગ્યો. એક એક વર્ણમાથી અનેક જાતની નાતોની શાખાઓ ફુટી અને તેમાં પણ પાછા પેટા વીભાગ થવા લાગ્યા. દાખલા તરીકે એક નાગરની જ્ઞાતીમાથી છ જાતના નાગરો થયા, મોઢબ્રાહ્મણની જ્ઞાતીમાંથી પણ છ જાતના મોઢબ્રાહ્મણ થયા. વળી છ જાતના નાગરોમાંથી પણ એક એક બાહ્ડ (બહીરકૃત) જ્ઞાતી નીકળી. એમ અનુક્રમે દરેક જાતોમાથી પેટા શાખાઓ થઇ અને તેમાં પણ અનેક તડો પડયા. જેમના વચ્ચે ખાધા ખવરાવ્યાનો વ્યહવાર અને કન્યા આપવા લેવાનો વ્યહવાર પણ બંધ થયો. આવી રીતે દરેક વરણોમાંથી અનેક જાતની જ્ઞાતીઓ અને પેટા જ્ઞાતીઓ થઇ જેમનો ગણેથીપાર આવે તેમ નથી આવા પેટા વીભાગથી કન્યા આપવા લેવાનું ક્ષેત્ર અત્યત સંકુચિત થઇ ગયું છે મકુચિત ક્ષેત્ર થવાને લીધે કન્યાવિક્રય થવા લાગ્યો અને કન્યાઓની અછત પણ અતીશય થવા લાગી જેથી કેટલીક જ્ઞાતીમાં સહેરમા આવી વસેલા લોકો કુલિન ગણાવા લાગ્યા અને ગામડામાં રહેનાર લોકો અકુલિન ગણાવા લાગ્યા એટલે કુલિન વરને બબે ત્રણ ત્રણ કિવા ચાર ચાર કન્યાઓ વૃદ્ધાપ કાળ સુધી મળવા લાગી અને અકુલિન ગણાતા લોકો કુવારા ને વાંઢા તથા રાંડેલા રહી મરણ પામવા લાગ્યા. આમ થવાથી ઉત્તરોત્તર સ્થિતિ બગડતી જ ચાલી અને તે એટલે સુધી કે સાપ્રત કાળમા કન્યાની અછત થવાથી માબાપો પૈસા લેવાની લાલચે અને પૈસા ન લેનાર માબાપો કુલિન વર નહી મળી શકે તે બીકથી બાળલગ્ન કરવા. જેથી પ્રજા ઉતરોત્તર નિર્બળ અલ્પાયુષિ અને રોગગ્રસ્ત થવા લાગી. કહેવતમાં પણ કહ્યુ છે કે "નબળી વાડમા છીંડુ પડે" તે કહેવતાનુસાર પ્રજાવર્ગમાંથી ઘણો ભાગ બાલાવસ્થામાં જ મર્ણ પામવા લાગ્યાથી વીધવાઓની સંખ્યામા વધારો થવા લાગ્યો છે. અને પુરૂષોમાં વાંઢા યા ને કુવારા તથા રાંડેલાની સખ્યામાં પણ વધારો થયાથી હાલમાં ઉંચ કહેવાતી જ્ઞાતીઓની વસ્તી ઘટી ગઇ છે. જે લોકો મહેનત કરનાર અને ખેતી વીગેરે કરનાર છે તે જાતમાં હજુ શરીર બળ અને આરોગ્ય બળ ટકી રહ્યુ છે તેથી તેની જ્ઞાતીની સંખ્યા વધે છે વળી તેવી જ્ઞાતીઓમાં પુનર વિવાહના ચાલને લીધે વિધવાઓની અને વાંઢા યાને કુવારા કે રાંડેલાની સંખ્યા પણ કમી હોય છે એટલે વસ્તી વધે તેમા નવાઇ સરખું નથી. ઉપર બતાવી ગયા તે પ્રમાણે ઉચ ગણાતી જ્ઞાતાઓની સ્થિતી થવાને લીધે જ્યાં કન્યા મળવાના સાંસાં ત્યાં સામુદ્રીક લક્ષણો અને જ્યોતીષની કુંડલી અને રાશી ગણ વીગેરે મેળવવાનું કયાં રહ્યુ. તેથી તે મેળવ્યા શિવાય વર કન્યાનાં લગ્ન થવા લાગ્યાં છે અને અકાલીક મર્ણ થવાને લીધે લગ્ન કરવાને પણ ઉમરલાયક નહી તેવી વિધવાઓની વધી ગએલી સંખ્યા નજરે જોવામાં આવે છે. શંકા એવી લેવામાં આવે છે કે બીજી જ્ઞાતીઓ તેવાં લક્ષણ ગ્રહ કે સામુદ્રીક મેળવતા નથી. તેને શી હરકત આવે છે? જવાપ એટલો જ છે કે તેવી જ્ઞાતીમાં થએલી વીધવાને કયારે વૈધવ્યપણાનું દુખ જોવું પડે છે તે તો વીધવા થયા પછી ટુંક મુદતમાં જ સધવા થાય છે અને ફરી રાંડે તો વળી બીજા

ત્રીજા કે ચોથા સાથે પૂનર લગ્ન કરે છે. માટે સુધરેલી અને ઉંચ જ્ઞાતીઓમાં જો વિવાહ કરતાં અવલ સામુદ્રીક અને જ્યોતીષશાસ્ત્રમાં કરેલી આજ્ઞાનુસાર વરકન્યાનાં લગ્ન કરવામાં આવે તો વરકન્યાનું જોડું સુખી રહે તેમને નીરોગી અને દીર્ઘાયુષિ સંતતી થાય. મહાત્મા સિદ્ધના ગાર્જુન એમણે લોકકલ્યાણાર્થે વરકન્યાના સામુદ્રીક લક્ષણો વીગેરે સંબંધી અત્યંત શ્રમ લેઇ વર્ણન કરેલુ છે જે ઉપયોગી હોવાથી અમે નીચે દાખલ કરેલું છે.

विवहे योग्या योग्य कुमारी लक्षणम् तुण्डि रुवाच ।
अयोग्या वा योग्याचैव, काकुमारी मुनीश्वर ॥
तत् श्रोतु महमिच्छामि, वदस्व करुणानिधे ॥ १ ॥

ભાવાર્થ.

તુંડિડ પુછે છે. હે ભગવાન! કોઈ કન્યા પરણવા યોગ્ય છે અને કોઇ કન્યા પરણવાને યોગ્ય નથી તે જાણવાની માહારી ઇચ્છા છે માટે આપ કૃપા કરી મને કહો. ૧

धन्योऽसि कृत पुण्योऽसि, शास्त्रे तेऽनुरागो महान् ।
क्रमशस्त्वे भवक्ष्यामि, श्रोतुं यदमि वांच्छसि ॥ २ ॥

હે વચ્છ ધન્ય છે તને કે તારી શાસ્ત્ર ઉપર આવી શ્રદ્ધા છે. તારી ઇચ્છા છે તે પ્રમાણે તેં પુછેલા પ્રશ્નોના ઉતર હું તને ક્રમવાર કહીશ. ૨

पद्मं पूर्ण कुम्भंचैव, यदि करतले भवेत् ।
पति तस्या माहाराज, सत्यं सत्यं न संशय् ॥ ३ ॥

જે કન્યાની હાથેલીમાં પદ્મ અને પૂર્ણ કુંભનું ચિન્હ હોય તેનો પતિ મહારાજા થાય તેમાં જરાપણ શક નથી. ૩.

स्निग्धं समुन्नतंपादं, ताम्र वर्णनखानि च ।
कल्याणकारिणीसाहि; पत्यूःपितृ कुलस्यतु ॥ ४ ॥

જેના પગ કોમળ હોય અને કાચબાની પેઠે ઉપસેલા હોય ને તાંબાવરણા નખ હોય તે પતિ અને પિતાના કુળને કલ્યાણકારી હોય. ૪

वज्राज्य हल चिन्हश्चच, यस्या पाद तले भवेत्
नृप पत्नी भवेत् साहि सत्यं सत्यं मुनीश्वर ॥ ५ ॥

જેના પગના તલીએ વજ્ર અને હળનું ચિન્હ હોય તે રાજાની રાણી થાય તેમાં સંશય નથી. ૫

मत्स्याऽकुशाज्व चक्रश्च, लाङ्गल यदि द्रश्यते ।
बहु पुत्र वर्तासाहि, पतिर्दीर्घजीवी भवेत् ॥ ६ ॥

મત્સ્ય અંકુશ કમળ ચક્ર અને હળજી જેના પગને તળીએ હોય તે કન્યા બહુ પુત્ર વતી થાય અને તેનો પતિ દીર્ઘાયુષી હોય. ૬

चक्र स्वस्तिक शंखाब्ज मीनात छत्र वत ।
यस्या पाद तले रेखा, सा भवेत् क्षितिपाङ्गना ॥ ७ ॥

ચક્ર સાથીઓ શખ કમળ મગરમચ્છ અને છત્ર જે કન્યાના પગને તળીએ હોય તે રાજાની રાણી થાય. ૭

पादाग्रभागं समुचं, तलश्च पद्माभं भवेत् ।
स्वेदहीनश्च यस्यास्यात्, सा भवेत् क्षितिपाङ्गना ॥ ८ ॥

પગનો આગલો ભાગ કંઇક ઉંચો હોય પગનુ તળ કમળ સરખું હોય અને પરસેવા રહીત હોય તે રાજાની રાણી થાય. ૮

स्निग्धोन्नता ताम्रवर्णा, वृत्ताःपाद नखा यदि ।
पतिस्तस्या भवेद्राजा, रति शास्त्रे प्रकिर्तितम् ॥ ९ ॥

જેના પગના નખ ગોળ તામ્રવર્ણુ તેજસ્વી અને ઉપશેલા હોય તે રાજાની રાણી થાય. ૯

दुर्भागा मथ पार्ष्णीस्यात्, सम पार्ष्णी शुभा भवेत् ।
कुल ह्यैन्नत पार्ष्णी च, सत्यं सत्यं न संशय ॥ १० ॥

જેના પગનો ભાગ પહોળો હોય તે દુર્ભાગી, બરાબર હોય તે સુભાગ્યવાળી અને ઉપડેલો હોય તે કુનટા હોય. ૧૦

यस्या गमन कालेच, धरा कम्पः प्रजायते ।
विधवा सा भवेदाशु, विवाहान्ते सुनिश्चितम् ॥ ११ ॥

જે કન્યાના ચાલવા થકી ધરતી કમ્પે તે પરણતી વખતે જ વિધવા થાય. ૧૧

यस्या गमन कालेच, कनिष्टान धरां स्पृशेत् ।
विधवा सामवेत् वत्स, सत्यं सत्यं मयादितम् ॥ १२ ॥

ચાલતી વખતે જેની કનીષ્ટ આગળી જમીનને અડે નહિ તે વીધવા થાય. ૧૨

बन्हाशिनी च या नारी, लोभ पाप परायणा ।
त्यक्तव्या साभवेद्वत्स, अयोग्या च भवे ध्रुवम् ॥ १३ ॥

અતી આહાર કરવાવાળી લોભ અને પાપમા તત્પર એ સ્ત્રી અવસ્ય તજવા જેવી છે. કારણ કે તે અયોગ્ય છે. ૧૩

तर्ज्जनी मध्यमा नामा, धरां न स्पर्श ते यदि ।
दुःखिनी सा भवेद्वत्स, भिक्षया जीवती ध्रुवम् ॥ १४ ॥

જેની તર્જની અને મધ્યમા આગલી ચાલતા જમીનને અડતી ન હોય તે દુખીણી થાય અને ભીખ માગી પેટ ભરે. ૧૪

अंगुष्टे च गतावत्स, तर्ज्जनी यदि गच्छति ।
कुलटा सभवेनारी, त्यक्तव्या तेन हेतुना ॥ १५ ॥

અગુઠા કરતાં જેની તર્જની આગલી લાબી હોય તે કુલટા થાય માટે તજવા યોગ્ય છે.

जंघे चरो महीनेवु, कुमारी शुभकारिणी ।
ऊरुकरि कराकारी, पतिस्तस्याःसुखी भवेत् ॥ १६ ॥

બે સાથળો રોમ રહીત હોય તે સારી અને હાથીની સુંઢ જેવી સાથળો હોય તેનો પતી સુખી થાય. ૧૬

पदावुच्छ शिरालीच, ताम्रणि नखानि यदि ।
गुल्फौ कुर्मोन्नती यस्या, पतिस्तस्या नृपो भवेत् ॥ १७ ॥

જેના પગ ઉંચા હોય અને જેના ઉપર નસો દેખાતી હોય અને જેના નખ તામ્રવર્ણા હોય ઘુંટણનો ભાગ કાચબા સરખો ઉપશેલો હોય તેનો પતિ રાજા થાય. ૧૭

राजहंस गतिर्वापि, यदि, वा गजगामिनी ।
सिंहवत् क्षीण कटिश्च, कुमारी सुखभागिनी ॥ १८ ॥

રાજહંસ ગતી અથવા ગજગામીની અથવા સીંહની પેઠે કૃષ કટી હોય તે સુખી થાય. ૧૮

मांसलं मृदुलं वापि, यस्याःपाद तलं भवेत् ।
अरुणस्य सदा चोष्णं, बहु धनेश्वरी हिसो ॥ १९ ॥

જેના પગનાં તલીયાં માંસવાળા કોમળ અને રક્તવર્ણું તથા ગરમ રહેતાં હોય તે બહુ ધનવાન થાય. ૧૯

विवर्ण पाद तलंस्यात्, विशुष्कं खण्डितं यदि ।
रुक्षं सूर्पाकारं वापि सा नाश दुःख भागिनी ॥ २० ॥

જેના પગના તળીયા નીરતેજ સુકાયલાં અને ખડબચડાં તથા લુખાં અને સુપડાના આકારનાં હોય તે સ્ત્રી દુઃખી હોય. ૨૧

(અપૂર્ણ.)

त्रषा (तरस)

લેખકઃ—તંત્રી

ભુખ અને તરસ પ્રાણીમાત્રને લાગે છે. તરસ છીપાવવા સારૂ દરેક પ્રાણીને પાણીની જરૂર પડે છે. દુધ અને કેટલાક ફળોના રસથી જોકે તરસ શાન્ત થાય છે તો પણ પાણી શીવાય ઘણા વખત ચાલી શકે નહી. પાણીની તરસ શા કારણથી લાગે છે તેનો વિચાર ઉન્નતી ક્રમમાં આગળ વધેલી મનુષ્ય જાતમાંથી થોડાનેજ આવ્યો હશે. પરમકૃપાલુ પરમાત્માએ પાણી જેવી મનુષ્ય જીવનને ટકાવી રાખનાર અમુલ્ય વસ્તુને થોડી મહેનતે જોઈએ તેટલી દરેક પ્રાણીને મળવાની ગોઠવણ અગાધ ચાતુર્યથી કરેલી છે. ખોરાક લીધા શીવાય મનુષ્ય પોતાનો પ્રાણ કેટલીક મુદત સુધી અપવાસ કરી ટકાવી શકે છે. પરંતુ પાણી વગર જીવન ટકી શકેજ નહી. શરીરના દરેક પ્રવાહી જેવાકે લોહી અન્નરસ, જઠર રસ વિગેરેને પ્રવાહી રૂપમાં બનાવનાર પાણીજ છે. પાણીની મદદ વડે પોષણના પદાર્થ શરિરના જુદા જુદા ભાગને પહોંચી શકે છે. શરિરમાં રક્ત બનતા પહેલા ખોરાકના મદ અને પ્રવાહી પદાર્થોને પ્રથમ પાણીમાં મળી જવું પડે છે. અને પાણી વડેજ

વાયુમય શિવાયનો નિરુપયોગી મળ શરીરમાંથી સહેલાઇથી કહાડી નાંખી શકાય છે. રસોત્પાદક અને શરીરપોષક વિવિધ ક્રિયાઓ પાંણી ઉપરજ આધાર રાખે છે. શરીરમાં માલુમ પડતાં પાંણીના જથાનો ઘણો ખરો ભાગ ખાવા પીવાના પદાર્થો રૂપેજ દાખલ થાય છે. દરરોજ-સાધારણ રીતે કુલ સાડાચાર શેર પાંણીની શરિરને જરૂર પડે છે. જ્યારે અરધા શેરથી પોણા શેર વજન જેટલુ પાંણી રસાયનીક ક્રીયાથી શરિરમાંજ પેદા થાય છે. એવો પ્રખ્યાત વિદ્વાન ડા૦ ડેલટન (Dalton) નો અભિપ્રાય છે.

આ રીતે શરિરમાં દાખલ થતું પાંણી ફેફસાં ત્વચા અને મૂત્ર પિન્ડ માર્ગે જેટલું નિકળી જાય છે. તેના કરતાં નિરોગ સ્થિતિમાં ઝાડા મારફતે ઘણુંજ થોડું નિકળે છે. શરિરના જુદા જુદા મળોત્સર્ગક અવયવો દ્વારા પાણી કેટલા પ્રમાણમાં નિકળી જાય છે. તે નીચે બતાવવામાં આવ્યું છે.

કીયા અવયવમાંથી	કેટલા ભાગ પાંણી
ઝાડા મારગે	૪
ફેફસાં દ્વારા...	૨૦
પરશેવા રૂપે ચાંમડીમાંથી	૩૦
મૂત્ર પિન્ડ મારફતે મૂત્ર રૂપે	૬૪

આપણા શરિરમાંથી પાંણી સતત જુદી જુદી રીતે નિકળ્યા કરે છે. ગમે તેવો ખોરાક આપણે ખાઇએ, તે ખોરાક પાચન થઇ તેના બાકી રહેલો ભાગ જ્યારે મળ રૂપે બહાર નિકળે છે ત્યારે તેમાં પાંણીનું મોહોટું પ્રમાણ હોય છે ગમે તેવી સુકી હવા આપણે શ્વાસમાં લેઇએ તો પણ પ્રશ્વાસ રૂપે જ્યારે તે બાહાર આવે છે ત્યારે તે તદન ભીનાશવાળી હોય છે આ વાતની આપણને કાચ ઉપર અગર ઠંડી ચળકતી સપાટી ઉપર શ્વાસ મુકી જોવાથી ત્યાં ભેજના ડાઘ તરત જણાય છે. તેથી ખાત્રી થાય છે. આપણી ચામડીમાંથી હમેશા અદ્રષ્ય પરશેવારૂપે ઘણુંજ પાણી નિકળી જાય છે. આ સમઘે કદાચ્ કોઇને શંકા થશે કે શીયાળામાં અને ઠંડી રૂતુમા પરશેવો થતો નથી તો તે શંકાના સમાધાન માટે-જણાવવાનું કે આવી રૂતુમાં પણ પરશેવો તો હમેશ થયાજ કરે છે. પરંતુ જેટલી ઝડપથી તે શરિરની બાહાર નિકળે છે. તેટલીજ ઝડપથી વરાળ રૂપે હવામાં ઉડી જાય છે. આ પરશેવાને અદ્રષ્ય પરશેવો કહે છે આવા અદ્રષ્ય પરશેવા ઉપરાંત ઉનાળામા ગરમીને લીધે કેટલોક વધારો પરશેવો વળે છે. જે શરિર ઉપર પાંણી રૂપે જોવામાં આવે છે. વળી દર ચોવીસ કલાકે બે થી ત્રણ પાઇન્ટ પાણી સાધારણ રીતે મૂત્ર રૂપે શરિરમાંથી બાહાર નિકળી જાય છે. એકંદર આ રીતે આપણું શરિર જ્યારે નિરોગ હાલતમાં હોય છે ત્યારે ચોવીસ કલાકમાં પાંચથી છ પાઇન્ટ પાંણી શરિરમાંથી જુદા જુદા રૂપે બાહાર નિકળી જાય છે. કસરત કરવાથી અગર અતિશય શારિરિક મહેનત કરવામાં આવે છે. ત્યારે મૂત્ર મારગે જેટલું પાંણી નિકળે છે તેના કરતાં ફેફસાં અને ત્વચા દ્વારાંએ વધારે નિકળે છે. આપણા શરિરમાંથી આ રીતે પાંણી સતત નિકળી જતું હોવાથી તે ખોટ કોઇ પણ રીતે પુરાતી રહેવી જોઇએ એ ચોખ્ખું છે અને શરિરમાં આવી પાંણીની પડતી ખોટને લીધેજ કુદરતી રીતે તરસની લાગણી આપણને જણાય છે. તરસ એ રક્ત અને શરિરના સ્નાયુઓની પાંણી માટેની માગણી છે. કારણ કે પાંણી હોય તોજ તેઓ પોત

પોતાની ફરજ બજાવી શકે છે. પાંણી એ તરસ છીપાવવાનો સર્વોત્તમ ઉપાય છે. મનુષ્ય જાત પ્રાંણીઓ તેમજ વનસ્પતિ માટે ચોખ્ખા જળ શિવાય બીજો કોઇ પણ પેય પદાર્થ ઇશ્વરે બનાવેલો નથી. અને મનુષ્ય શિવાય બીજું કોઇ પણ પ્રાણી પાણી શિવાયના બીજા કોઇ પણ જાતના પ્રવાહીને પસંદ કરતું નથી. પાણી જેટલા પ્રમાણમાં શુદ્ધ હોય છે તેટલા પ્રમાણમાં શરિરના મળ પિગળાવવાનું અને શરિરના જુદા જુદા અવયવો ધોઇને નિર્મળ કરવાનું કામ વધારે સારી રિતે કરી શકે છે. વનસ્પતિઓમાં મુળમાર્ફત જે પોષણના પદાર્થો જમીનમાંથી ચુસાય છે. તેને મહોટાં ડાળ પાંખડીઓ પત્ર ફળ ફુલ વિગેરેને તે પૂરૂં પાડવા માટે વિવિધ સ્થળે પહોચાડવાનું કામ પણ પાણીજ બજાવે છે. પ્રાણીઓને તો ખોરાક ગ્રહણ કરવા માટે હોજરી નામનો અવયવ આપેલો હોય છે. કે જ્યાંથી તે ખોરાકને પાંણીજ પોતાની સાથે મેળવી લેઇ જુદા જુદા ભાગને પહોંચાડે છે. એટલુંજ નહી. પણ તે ખોરાક શરિરમાં વપરાઇ ગયા પછી તેમાથી ઘટ્ટ પ્રવાહી અને વાયુ રૂપ જે મળ બને છે તે સર્વને કાઢી નાંખીછે શરિરને સાફ રાખવાનું કામ પણ પાંણીજ કરે છે. ઘટ્ટ અથવા સુકો કે પ્રવાહી ગમે તે જાતનો ખોરાક હોય છતાં તેમાં પાંણી થોડા કે વધારે પ્રમાણમાં હમેશાં રહેલુંજ હોય છે. પાંણી મેળવ્યા શિવાય ઘટ્ટ પદાર્થો આપણે ખાઇએ છીએ ત્યારે પણ અનાયાસ પાંણીનું કેટલુક પ્રમાણ આપણા શરિરમાં દાખલ થયા વિના રહેતુ નથી. પરંતુ આ વાત ઘણાજ થોડા માંણસોના જાણવામાં હોય છે માટે ખોરાકના કેટલાક સાધારણ પદાર્થોમાં પાંણી કેટલા પ્રમાણમાં કુદરતીરીતે રહેલું હોય છે તે નીચેના કોઠા ઉપરથી જણાશે.

ખોરાકના પદાર્થનું નાંમ તેના દર સો ભાગ	કેટલો પાંણીનો ભાગ હોય છે.
ખાંડ...	૫
ચોખા	૧૩
બાજરી	૧૪
વટાણા ઘઉં જવ વિગરે	૧૫
રોટલી રોટલો...	૩૭
બટાટા	૭૫
કેળેજ દુધ કરમકલ્લો	૮૭
જુદી જુદી જાતના લીલા ફળો	૮૦થી૯૦
લીલાં શાક અને ભાજીઓ	૯૦
કાકડી તડબુચ વીગેરે	૯૫

ઉપરના આંકડા ડૉ૦ રેનહોલ્ડ (Reinhotd) એમ. ડી. પી. એચ. ડી. એમના પુસ્તકમાંથી લેવામાં આવ્યા છે.

લીલાં ફળ અને શાક ભાજીમાં ઘણાજ વિશુદ્ધ રૂપમાં પાણી રહેલુ હોય છે. આવા પદાર્થોમાં ૯/૧૦ ભાગ પાણી રહેલું હોવાથી જે લોકો મરી મશાલો મેળવ્યા શીવાય આ પદાર્થો પુરતા પ્રમાણમાં ખાય છે તેમને બહુ જ થોડી તરસ લાગે છે.

તરસ મટાડવા માટે એકદમ બહુ પાણી ઘટ ઘટાવી જવું નહી પણ ધીમે ધીમે એકાદ પ્યાલો પાંણી અરધા કીંવા પોણા કલાકને અંતરે પીવું અને ખોરાક તેમજ પાંણી હમેશાં

બાહારના વાતાવરણની ઉષ્ણતા જેટલી હોય તેટલીજ ઉષ્ણતાવાળાં ગ્રહણ કરવાં.

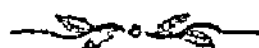
× × × × × ×

વર્તમાનકાળમાં મનુષ્યોને સ્વાભાવિકરિતે લાગવી જોઇએ તેના કરતાં વધારે ત્રષા લાગે છે. તેનું મુખ્ય કારણ મીઠાનો ઉપયોગ એજ છે. આ મમધમાં વિદ્વાન ડૉ૦ રૈનહોલડ એમ. ડી. પી. એચ. ડી. પોતાના અનુભવથી જણાવે છે–" કેટલાક વર્ષ ઉપર જ્યારે મેં એક પુસ્તક વાંચ્યું કે આફ્રીકા જેવા અતિશય ગરમ દેશના જંગલોમાં વસતી બેંશો અને સાબરો ફકત દીવસમાં એકજવાર નદીએ પાણી પીવા જાય છે. ત્યારે તે વાત મહારા માનવામા આવી નહી પરંતુ જ્યારથી મે મીઠું અને બીજા મશાલાઓ વાપરવાનું તદન બંધ કર્યું ત્યારથી ઉન્હાળાના ગરમમાં ગરમ દીવસોમાં પણ માહારે માત્ર એકજ પવાલું પાંણી પીવું પડે છે" વાચક વર્ગને અનુભવ હશે કે–જયારે આપણે નાતમાં કે મીજબાનીમાં જમવા જઇએ છીએ ત્યા મરીમશાલાવાળાં તીખાં તમતમા શાક ભજીઆં કઢી વડાં વાત્ર ચણા વીગેરે ખોરાકમાં લેઇએ છીએ તે વખત જમતા જમતાં અને જમીને ઘેર આવ્યા પછી તે ખોરાકનું પાચનથતાં સુધી આપણે લોટા ને લોટા ભરેલ પાણી ઘટ ઘટાવ્યાં કરીએ છીએ. આપણ પરે તણાય છે કામ સુજતું નથી અને અકળામણ થયા કરે છે. આ બધો પ્રતાપ મીઠું અને મરી મશાલાનો હોય છે.

જો આપણે સ્વાભાવિક રીતે જોઇએ તે કરતા વધારે પાણી પીએ છીએ તો આપણો ખાધેલો ખોરાક પાણી ભેગો મળી જઇ બહુજ પાતળો થઇ જાય છે એટલુંજ નહી પણ આપણા શરિરનું લોહી પણ પાતળુ થઇ જાયછે.

ખરા નિરોગી માંણસો ને તરસ છીપાવવા માટે પાંણી શીવાય બીજા કોઇ પણ પ્રવાહી પદાર્થની ઇચ્છા થતી નથી. પરતુ જે મનુષ્યો અયોગ્ય આહાર વિહાર કરનાર અમિતાહારી અને રોગીષ્ટ હોય છે તેમની તરસ એકલા પાણીથી છીપતી નથી. તેથી તેમને અનેક જાતના સરબતો બરફ આઇસક્રીમ સોડા લેમોનેડ ભાગ બીર અને અનેક જાતના દારૂઓ પીવાની ઇચ્છા થાય છે.

ખાવાનું અને પીવાનું કામ કદી એકી વખતે થવુ જોઇએ નહી. એટલુજ નહી પણ પાણી મેળવીને ઘણાજ પ્રવાહી બનાવેલા ખોરાકો પણ ભોજન વાપરવા જોઇએ નહી કારણ કે ઉપર લાયક થયેલું કોઇ પણ પ્રાણી પોતાની કુદરતી હાલતમાં તેવા ખોરાકો પસંદ કરતું નથી. વળી ઘોડા ગાય બળધ ઘેટા બકરા વીગેરે પ્રાણીઓ મનુષ્યજાત માફક જંમતાં જાય અને વચે પાણી પણ પીતાં જાય એવુ કદી પણ કરતા જોવામા આવતા નથી. કુદરતનો આ એક નિયમજ છે અને તે ભંગ કરવાથીજ મનુષ્ય જાત હાલ અનેક રોગોથી પીડાતી જોવામા આવેછે. વૈદકશાસ્ત્રના અંગે થએલા અનેક શોધોથી સાબીત થયું છે કે પાણી પીવાનો સારામાં સારો વખત જમતાં પહેલાં પાણી અરધા કલાક અગાઉનો અથવા તો જમ્યા પછી સુખશુદ્ધી માટે થોડું પાણી પીધા પછી બે કલાક પછીનો છે,



नामदार शहेनशाह सातमा एडवर्डनो शोकजनक स्वर्गवास.

—— ० ——

નામદાર શેહેનશાહ સાતમા એડવડ બે ત્રણ દીવસની ટુક બીમારી ભોગવી ? માસની તા ૬ સન ૧૯૧૦ ના દીવસે મધ્યરાત્રે આ ફાની દુનીયાનો ત્યાગ કર્ર સ્વર્ગવાશી થયા છે એ નામદારના મર્ણથી આર્યાવર્તનેજ નહી, પરતુ સુધરેલી પ્રજામ આખી દુનીયામા ભારે દીલગીરી પ્રસરી રહી છે. પૂરાતન કાળથી આપણો આર્યાવર્ત રાજાને પરમેશ્વરના તુલ્ય માનતો આવ્યો છે તેથી પ્રજાવર્ગનો જેવો ઇશ્વર પ્રત્યે ભાવ હોય છે તેવો નામદાર શેનશાહ પ્રત્યે હોય તેમા શી નવાઇ–નામદાર બ્રીટીશ સરકારના નેક અમલના લીધે આગળના વખતમા પ્રજાવર્ગને જે સકટ અને દુખો લુટ ધાડ ચોરી ઓ ને લડાઇઓથી ખમવા પડતા તે દુર થઈ રામરાજ જેવુ સુખ પ્રજાને પ્રાપ્ત થએલુ છે દરેક પ્રજા વગર હરકતે પોતાના ધર્મનુ પાલન કરે છે અને સુખ ભોગવે છે એ અમાલ વૃદ્ધના જાણવા બાહાર નથી વળી એ નામદારના રાજ્યના અમલમાજ હીંદની પ્રજાને નવીન હક્કો મળેલા છે પરમકૃપાળુ પરમાત્મા તેમના આત્માને શાન્તિ આપો એ નામદારના મરણથી આપણા રાજ્યમાતાને શોક અને દીલગીરીનો પાર રહેલો નથી પરતુ ઇશ્વરની ગહન ગતી આગળ મનુષ્યકૃતી વીરામ પામે છે કાળચક્રની ગતી પ્રમાણે આવેલા દુખને ધૈર્યથી સહન કરવા પરમાત્મા તેમને ધીરજ અને શાંન્તી આપો નામદાર શેનશાહ જ્યોર્જ પાચમા મહાન્ દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવો અને આપણા ઉપર તેઓ દીર્ઘકાળ રાજ્ય કરો અને આર્યાવર્તની વફાદાર પ્રજાને સુખી અને આબાદ કરવાને પરમાત્મા તેમને પ્રેરણા કરો એવી અમારી પરમાત્મા પ્રત્યે નમ્ર વિનતી છે

તંત્રી.

ઔષધિ નામમાળા.

(રચનાર—રાજકવિ હર્ષદરાય મું. મુનસી.)
(અનુસંધાન પૃષ્ટ ૨૨૮ થી.

———o———

ખુરાશાની વજ નામ ગુણ.

પારસીકવચ રૂ હેમવતી શુક્લા ઇતને નામ,
શતપર્વિકા સમાન ગુન વાતહરત મન કામ ૮૮

પાંનની જડનાં નામ—ગુણ.

ઉગ્રગંધ અરૂ સુગંધા, ઇતને વાકે નામ,
શમન કરન કફ કાસ કો, સુસ્વર કર અભિરામ ૮૯
હૃદય કંઠ, મુખ શોધ કર, યહબિધ ગુન સુખકારિ.
જો હોવે કછુ સ્થુલજડ, વાકો ગુન કમી સાર ૯૦

પલાસીના નામ ગુણ.

દ્વૈ પ્રકાર હૈ પલાસીકો, મછલી સમ ઇક જાન,
પેખો જય દુર્ગંધ જુત, સોઇ પનાસી માન ૯૧
દુજી પીપલ વૃક્ષકી, ટેરી સમ આકાર,
મીન ગંધ સમ તાહીમે, કરતહી ગ્રંથ ઉચાર ૯૨
હપુષા પુષ્પવતી યહી, પ્રથમ પલાસી જાઉ
મત્સ્યગંધ અશ્વત્થફલ, દુસરી ગેહેનાઉ. ૯૩
ધ્વાક્ષનાશિની પુનિ કહત, હરત બરન કો રોગ,
વિષહર વાતશમન કહુ, એસો કહ્યો પ્રયોગ. ૯૪
પ્રથમ પલાસી દીપની, તિક્ત કટુક મૃદુમાન,
તુરટ ગુરૂત્વ રૂ પિતશમન, ઉદર વાયુકો હાન, ૯૫
ગુલ્મ અર્શ ગ્રહણી અરૂ, શૂલશમન સુખકંદ
અસબિધ દ્વૈ હપુષ સુખદ, પેખત વ્હૈ ખુસિમંદ ૯૬

વાવડીંગ નામ ગુણ.

ચિત્રકુંડલા તંડુલા, વેલ્લ અમોઘા નામ;
જંતુનાશન વિડંગ અરૂ, ક્રમિઘ્ન હૈ અભિરામ. ૯૭
કટુક તિક્ષ્ણુ લઘુ ઉષ્ણુ હૈ, રૂક્ષ વન્હીકર પાઇ,
શૂલ શ્લેષ્મ કૃમિ વાતહર, મલરોધન દુખ જાય ૯૮

ઉંબરૂ ફલના નામ તથા ગુણ–દોષ.

સાનુજ સૌરભ તુંબરૂ, અધક વનજ રૂ ઔર,
તિક્ત કુટુક લઘુ ઉષ્ણુહૈ, રૂચિકર દીપન ઔર,
દાહકરન કફ વાતહર, શ્રવન ઓષ્ટ શિર રોગ,
શ્વાસ ગુલ્મ કૃમિ કુષ્ટહર, યહબિધ કહ્યો પ્રયોગ. ૧૦૦

વંશલોચન નામ ગુણ.

ત્વકક્ષીરી તુગા શુભા તુંગાક્ષીરી નામ;
વાંશી શુભ્રા વંશજા, વંશરોચના કામ.
વંશક્ષીરી વૈણવી, તુગા નામ અભિરામ. ૧૦૧
વૃહણ વૃષ્ય બલદાઇ અરૂ, સ્વાદુ સીત ગુન જાન;
તરશ કાસજ્વર શ્વાસ ક્ષય, પિત્ત રૂધિર ગદ હાન. ૧૦૨
કુષ્ટ પાંડુ કમલા હરે, ટરત વાયુ કો દુર.
ત્વકક્ષીર હિતકારિ હૈ, હર્દ કથત જરૂર. ૧૦૩

સમુદ્રફીણના નામ ગુણ.

અબ્ધિકફ ડીંડીર પુનિ, સમુદ્રફેન અરૂ ફેન;
યહ બિધ યાકે નાઉં હૈ, કરત નૈન ગુન ઐન; ૧૦૪
લેખન શીત કશાય હૈ, વિષધ્ન પિતહર જાન,
શ્રવન દરદ કફ શમન અરૂ, લઘુતા કહ્યો પ્રમાન. ૧૦૫

અષ્ટક વર્ગનાં લક્ષણ તથા ગુણ.

મેદા મહામેદા અરૂ, જીવક રૂષભ પ્રમાન;
કાકોલી, ક્ષિરકાકોલિ, અષ્ટ વર્ગ યહ જાન.
હીમ શુક્રપ્રદ સ્વાદુ અરૂ, વૃહણ ગુરૂ ગુન તાહી;
વાત પિત્તહર વિર્યપ્રદ, કફ બલપ્રદ ગુન માહિ. ૧૦૭

જીવકનાં નામ.

કુર્ચ શીર્પક મધુર અરૂ, શ્રૃંગ જીવક હ્રસ્વાંગ;
યહ બિધ જીવક નામહૈ, જાનલેહું ગુનઆંગ. ૧૦૮

રૂષભનામ.

રૂષભ વૃષભ પુનિ દ્રાક્ષહૈ, ધીર વિષાણું પ્રમાન;
યહ બિધ વાકોનામ હૈ, સુનહું મિત્ત ગુનવાન. ૧૦૯
યહ દ્વૈવિધ કો કંદ સો; સબલ શુક્ર કફકાર;
પિત્ત દાહ ક્ષય વાયુહર, કહત બૈધ સુકુમાર. ૧૧૦

મેદા મહામેદા લક્ષણ નામ ઉત્પતી

મેદાના નામ.

શાલપર્ણી મેદા અરૂ, મણિછિદ્રા શુચિ કામ;
મેદોદ્ભવા રૂ અષ્વરા, યહ બિધ મેદા નામ. ૧૧૧

મહામેદા નામ.

મણી ત્રિદંતિ દેવતા, વસુછિદ્રા હિતકારી;
મહામેદા પુનિ કહત હૈ, બુધજન નિજહીય ધારી. ૧૧૨

અપૂર્ણ.

हिंदी अमरकोप.

(અનુસધાન ગતાંક પૃષ્ટ ૨૧૨ થી)

વ્યોમયાન વીમાન મે, નિર્જરકો સમુદાય,
ભયો દશાનન હત જબૈ, સુમનમાલ બરખાય ૭૧

દેવસભા.

દેવસભા સુરપીં અરૂ, સોધર્મા સુખદાઇ,
બજત જત્ર સગીતકો, નારદ સ્વર ધુનિ લાઇ ૭૨

અમૃત નામ.

સુધા પિયુશ અમૃત સુખદ, ઉદધિમથન કરિ કીન,
સુધર અમર મિલપાન કિય, દનુજ સુમતિ કર છીન ૭૩

ભાગીરથી નામ.

વિષ્ણુપદી નિર્જર નદી, નિગમ નદી હરીરૂપ,
ત્રિભુવનદા મદાકિની, સુરદિર્ધિકા અનૂપ ૭૪
ભાગીરથી સુરસરી જિમી, હરત પાપ સુખકારી
પ્રમ તુવ કિરતિ સુમિત્ર સુત, કિય પુનીત દુખજારી ૭૫

મેરૂપર્વતકે નામ.

રત્નસાનુ હેમાદ્રી અરૂ, મેરૂ સુમેરૂહિ જાન,
સુરાલય હિ પુતિ કનકપર, હરિ હર શિવકો સ્થાન ૭૬

કલ્પવૃચ્છ નામ

હરિચદન સતાન પુનિ, કલ્પવૃક્ષ મદાર,
પારિજાતક નાક પરી, મિધ મુનિ કરતકહાર ૭૭

આશ્વિનિકુમાર નામ.

અશ્વનિસુત અરૂ અશ્વનૌ, અશ્વનેયૌ દસ્ર,
સ્વર્વૈધનાસલ ગન, દુરી કરત દુખ સહસ્ર ૭૮

અપ્સરા નામ.

ઉર્વસી કનક સમાન તન, સોઇ અપ્સરા જાતિ,
હાહા હુહુ ગાધર્વ ૬, કરતુ ગાન બહુ ભાતિ ૭૯

અગ્નીના નામ.

પાવક વન્હી દહન દવ, જ્વલન ધનજય હોઈ,
બર્હિ ઉપર્બુધ વાયુસખ, રોહિતાશ્વ પુનિ સોઇ ૮૦
બૃહદ્‌ભાનુ આસ્પાસ શુચિ, શુષ્મા અનલ કૃશાનુ,
તનુનપાત વીતિહોત્ર કિલ, સજ્વર બસિત પ્રમાનુ ૮૧
આશુ શુક્ષણી જ્વાલ પુનિ, હિરણ્યરેતા ક્ષાર,
ઔર્વ હવ્ય વાહન શિખા, ઉલ્કા અગ્ની બિચાર ૮૨

ભસ્મન્ શોચિષ્કેશ યમ, ક્વીટયોનિ ભૂતિ;
કૃષ્ણવર્ત્મા અર્ચિ અરૂ, ત્રાડવ હુતભુક હેતિ. ૮૩
ચિત્રભાનુ વીભાવસૂ, વડવાનલ સંતાપ;
વૈશ્વાનર સત્પાર્ચિ પુનિ, જાતવેદ કો તાપ. ૮૪
આશ્રયાસ વન હુતાશન, અગ્નીકણુ અરૂ દાવ;
સ્ફુલિંગ શુક્ર દમુના પુની, રક્ષા પુરન નાવ. ૮૫

યમના નામ.

ધર્મરાજ યમરાટ યમ, શમન કૃતાંત રૂ કાલ;
પેરત રાટ પુનિ પિતૃપતિ, યમુનાભ્રાત ભયાલ. ૮૬
વૈવસ્વત અંતક અરૂ, શ્રાધ્ધદેવ સમવર્તી;
બડે દડ ધરદેખિ અલિ, સુમતિ ધૈર્ય દ્રઢ હર્તિ. ૮૭

રાક્ષસ નામ

આશર આશિર રાત્રિચર, રાક્ષસ કર્બુર હોય;
નિકશાત્મજ નૈરૂત પુનિ, અશ્રય કર્બર સોય. ૮૮
યાતુધાન અરૂ પુણ્યજન, કૌણુપ રક્ષ રૂ યાતુ;
નિકશા સુત દુર્નાદ વરૂ, ગર્વ ઔર ક્રવ્યાત. ૮૯
યાતુ ધાન મતિ મોહમૈ, રાખતુ ઉર વિશ્વાસ;
છાંડ દિયો અમૃત પ્રબલ, લિખિ અંબિકા ઉજાસ. ૯૦

વરૂણ નામ.

અપ્પતી પાશી વરૂણુ અરૂ, યાદ સાંપતિ વરૂણુ;
સુનહુ પ્રચેતા સમરમે, અરિખલ દલન નિપૂણુ ૯૧

પવન નામ.

સ્વસન સદાગતી મરૂત પુની, જગત્પ્રાણુ નભસ્વાન;
અનિલ પ્રભંજન ગંધવહ, વાતિ પવન પવમાન. ૯૨
વાયુ માતરિશ્વા પુનિ, મારૂત આશુગ બીર;
સ્પર્શન પૃષદશ્વ રૂ પુનિ, સમીરણુ વાત સમીર. ૯૩
ગંધવાહ જુ સુગંધ સ્થલ, ગવન કરન જીહિ ઠામ;
સુધર સુજન કવિ બુધ સબે, લેવત શ્રુચિ આરામ. ૯૪

મહાવાત નામ.

ઝંઝાવાત પ્રકંપન રૂ, માહા વાત સુન કાન;
નિશિદિનું જબ ગવને લગ્યો, માનહુ પ્રલય નિશાન. ૯૫

શરીર વાયુનાં નામ.

પ્રાણુ હૃદયકો વાસ હૈં, અપાન ગુદકે સ્થાન;
ઉદાન કંઠ સ્થાનમૈં, નાભી સ્થાન સમાન; ૯૬
વ્યાન કરત સંચાર પ્રિય, અંગ અંગ વહ સ્થાન;
કાલ પાશ જબ પરત તન, દુરિ હોતુ વહ વ્યાન. ૯૭

(અપૂર્ણ.)

ઉપદંશ.

૧ સુષ્મ પારો. સુધ્ધ હરતાલ તથા સોમલ એ સમ ભાગ લેઇ ઉમરાના રસમાં સાત દીવસ ખલ કરી મોટી બાજરીના દાણા જેવડી ગોળીયો કરવી. એક એક ગોળી સવાર સાંજ ઘી સાથે ગળાવવામા આવે તો મધીવા ઉપદસના વ્યાધી, વાતરકતપિત તથા બીજા ચામડીના ઘણા દરદો મટે છે. આ પ્રયોગ ચાલતો હોય તે વખતે તેલ. મરચુ. આમલી મીઠુ એ ખાવુ નહી ફકત દુધને ચોખાજ ખાવા જોઇએ અને અઠવાડીયુ થઇ જાય એટલે થોડા દીવસ વચે બધ રાખવો જોઇએ.

૨ પદર વીસ વાલ કડુનુ ચુર્ણ સાકર સાથે મેળવી ગરમ પાણી સાથે લેવામાં આવે તો હલકો જુલાબ લાગે છે. ઉપદસમા જુલાબ ઉપયોગી થાય છે.

૩ ધોળી કનેરના મુળને ઊકાળી તેનો લેપ કરવાથી ઉપદસ મટે છે

૪ કપીલો તથા હીરાદખણ એ સમભાગ લેઇ બારીક ઘુટી રાખવુ તેને ઘી કે માં-ખણુમા મેલવી ચોપડવાથી શરીર ઉપરના ઉપદસના ચાઠા ધારા વીસ્ફોટક મટે છે.

૫ કીડામારીના પચાગનો રસ અરધાથી બે તોલા દુધ સાથે લેવાથી ઉપદંસ મટે છે

૬ ઇલાયચી તજ અને મસ્તકી સાથે ચોપચીની દુધમા ઉકાળી પીવામાં આવે તો ઉપદંસના વ્યાધી મટે છે

૭ પટોલ ત્રીફળા લીમડાની છાલ કરીયાતુ ખેરસાર બીજલો એઓનો કાઢો ગુગળ નાખી પીવામા આવે તો બધી જાતના ગરમીના રોગ વાત રોગ તથા ઉપદઉસના વિગેરે દુર થાય છે

૮ આહીના પાનનો ભુકો ઉપદસ પર દબાવવાથી ઉપદસનુ ચાદુ રૂઝે છે.

૯ સર્વ પ્રકારની ઉષ્ણતા ઊપર કાપીને ખાવાની કેરીવાળા આબાની અતરછાલ ઊમરાના મુળ ઉપરની છાલ અને વડવાઇની કુણો એઓનો રસ કાઢી તેમાં જીરૂ સાકર નાખી પીવુ.

૧૦ હડ સાંકળના કડકા (ત્રીધારી ઝાડ વેલના) ને ભરસાડમા પકવી તેનો રસ કા-ઢવો તેમા રસ જેટલુ ગાયનું દુધ અને ખડી સાકર નાખી પીવુ આ ઔષધ સતત ચૌદ દીવસ લેવુ.-પથ્યમાં માત્ર ઘઉની રોટલી ઘી સાકર લાલ તુવરની દાળનું વરણ એજ ખાવુ તેથી દરેક જાતની ગરમી મટે છે

૧૧ અગમા ગરમીનો આજાર રહી ગયાથી શરીર ઊપર મહીને બે મહીને ખરજ ઉઠી જગો લાલ થાય છે અને બારીક ફોલ્લી થઇ દાહ થાય છે પછી ચાઠા પડે છે તેના ઉપર તુરીયા (શાક થાય છે તે) ના મુળ ગાયના માંખણમા કીંવા એરડીયા તેલમા ઘશી બે ત્રણ વખત ચોપડવાથી ચાઠા મટે છે

૧૨ ધોળા ફુલના સીમલાનુ કુમળુ નાનુ ઝાડ ખોદી તેના મુળનો જે કદ હોય તે આણીને છાયે સુકવવો અને વસ્ત્રગાળ ચુરણ કરી રાખવુ નીત્ય ધોળા સીમલાની છાલ ગાયના દુધમાં ઘશી તેમા ઉપરના મુળનુ ચુર્ણ છમાસા અને ખડી સાકર એક તોલો મે-ળવી દરરોજ બે વખત એકવીસ દીવસ સુધી સેવન કરવાથી અને પથ્ય કરવાથી સર્વે ઉપદંસના વ્યાધી મટે છે.

૧૩ લીમડાના પાંનનેા રસ સવારે પાશેર અને સાંજે પાસેર પ્રમાણે શેવન એકવીસ દીવસ કરવેા અને સારૂ પથ્ય કરવાથી કોઇ પણ પ્રકારની ગરમી થઇ હશે તે મટયા સીવાય રહેશે નહી.

૧૪ મેદીને ટાઢા પાણી સાથે બારીક વાટી અધેાળ પાણી વસ્ત્રગાળ કરી લેવું તેમાં તેટલુ ઘી અને તેટલીજ સાકર નાંખી સવારે પીવું સાંજે જમવુ. મીઠું તેલ, મરચું આંબલી વીગેરેની પથ્ય પાળવાથી સારેા ગુણ આપે છે.

૧૫ લાલ કાલીંગડા (તરબુચ) ની એક બાજુથી ડગળી કાઢી તેમાં પાસેર સુધી ખાંડ ભરવી પછી તે ડગળી પહેલાં માફક બેસારવી ને રાત્રે ઝાકળમાં રાખવું. બીજે દીવસે સવારે હાતણુ પાંણી કરી સુર્યોદય પહેલાં તે કાલીંગડામાંથી જે પાંણી નીકળે તેટલું પીવું એ ઔાષધ માફક આવે તેા ત્રણ દીવસ લેવાથી ઇદ્રીમાંનાં ચાઠાં, ફેાલ્લાં અને મુત્રમાં થતી આગ મટે છે.

૧૬ ઉપદંસ ઉપરનેા બફારો મેાઢાં ધેાળા કમળનાં ફુલ ખસખસનાં ફુલરાં (ફુલખાલી) ધેાળા સીમલાનાં ફુલ, હરડાનાં ફુલ અને ખાખરાનાં ફુલ (કેસુડાં) એ સર્વ ઔાષધ વાસણમાં ભરી તેમાં પાણી રેડી ઢાંકણું ઢાંકી તેને સારી પેઠે ઊકાળી તેનેા બાફ લેવેા તેથી સારેા ફાયદેા થાય છે.

૧૭ મેાગરાનું મુળ ખેરનું મુળ અને બેાંય બાવળનું મુળ આ ત્રણે માંથી લીલું સુકું જેવું મળે તેવું લેવું એ ત્રણે મુળને ટાઢાપાંણીમાં ઘસી તેમાં માખણ મેળવી થેાડું સંખજીરૂં મેળવવું અને ખલ કરી મલમ સરખું કરવું તેને ડાબડીમાં રાખવું આ દવા સવાર સાંજ અને બપેારે ચેાળવાથી ત્રણ દીવસમા ઉપદંષનાં સરીર પર પડેલાં ચાઠાં મટે છે.

૧૮ ગાયના દુધમાં વરસા દેાડીનું મુળ ઘસી તેમાં જીરૂ અને સાકર નાંખી પીવું મુળ આસેામાસમાં કાઢવુ.

૧૯ ટાઢા પાણીમાં વરસા દેાડીનુ મુળ ઘસી શરીરે લેપ કરવાથી ગરમીનાં ચાઠાં મટે છે.

૨૦ શીવલીંગીનાં પાંનનેા રસ ચાર તેાલા સુધી ગાયના દુધમાં મેળવી તેમાં જીરૂ સાકર નાખી પીવેા.

૨૧ શીશમનાં કુમળાં પાન બે તેાલા બારીક વાટી ગાયના દુધમાં કાલવી લુગડે ગાળી તેમાં જીરાનું ચુર્ણ બે માસા અને ખડી સાકર બે તેાલા નાંખી પીવું.

૨૨ અરડુસેા–ગળેા–પીતપાપડેા–મેાથ ધમાસેા પટેાળ–સુંઠ, ત્રીફળા, હરડેદળ–કરીઆતુ લીંબડાની અંતર છાલ એનેા કેવાથ પીવાથી ફીરંગ વાયુ (વીસ્ફેાટક) મટે છે.

૨૩ ઇલાયચી, જાયફળ, ફુલાવેલુ મેારથુથુ ગાયના ઘીમાં મલમ કરી ચેાપડવાથી વીસ્ફેાટકનાં ચાંદાં મટે છે.

૨૪ કંપીલાને બારીક વાટી સરસીયા સાથે લેપ કરવાથી ઇદ્રી છેાલાયાંની ઈજા મટે છે,

૨૫ મેદીને વાટી સરસીયા સાથે લેપ કરવાથી ઇંદ્રી છેાલાયાની વેદના મટે છે.

૨૬ ચેામાસામાં છત્રી જેવાં જમીનમાંથી ઊગે છે જેને કુતરાનાં કાંન લેાકેા કહે છે

હરતાળ.

૧ હરતાળ આઠ પ્રકારની છે તેમાં ગોદંતી હરતાળ ઉત્તમ છે. પરંતુ તે મલી શકતી નથી.

સાજી બાજી ફટકડી, ગોદંતી હરતાળ
ઇતને વાને જો મીલે, કહા કરે કરતાર.

કિમિયાગર લોકો ગોદંતી હરતાળની બહુજ શોધ કરે છે કારણ તે હરતાળમાંથી વનસ્પતિના યોગથી તેલ કાઢે છે. તે તેલ ત્રાંબાનાં પતરાને લગાવી તેને અગની ઉપર તાવવાથી તેનું સુવર્ણ થાય છે એમ તે લોકોનું માનવું છે. ગોદતી હરતાળ મળી શકતી નથી તેથી તેના બદલામાં વર્કી પત્રાંવાળી હરતાલ ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે.

૨ હરતાળની મુખ્ય બે જાત છે એક પત્રાંવાળી વર્કી હરતાળ અને બીજી કાંકરાવાલી હરતાલ. વર્કી હરતાળ ગુણમાં શ્રેષ્ટ છે અને કાંકરાવાલી હરતાળ ગુણમાં ઘણી ન્યુન છે.

૩ હરતાળ ભક્ષણ પ્રમાણ હરતાળ એક ગુંજ યથાયોગ્ય અનુપાન સાથે ખાવા માટે આપવી

૪ હરતાળ ખાનારે ખારૂં ખાટું તીખું એ પદાર્થ વર્જ કરવા અને ભોજન મિષ્ટ કરવું.

૫ હરતાળ લક્ષણ—જે હરતાળ સોના જેવી ચળકતી અભ્રક જેવાં છુટાં પત્રાંવાળી તે પત્રી અથવા વર્કી હરતાળ આ હરતાળ રસાયનમા ઉત્તમ ગુણકારક છે. જે કાકરાવાળી હરતાળ વજનમાં હલકી હોય છે તે હરતાળ સ્ત્રીના પુષ્પનો નાશ કરે છે.

૬ શુદ્ધ હરતાળના ગુણ—શુદ્ધ કરેલી હરતાળ કાન્તિ વીર્યને વધારે છે અને કોઢ કફ રોગ જરા અને મૃત્યુનો નાશ કરે છે.

૭ અશુદ્ધ હરતાળ દોષ—અશુદ્ધ હરતાળ આયુષ્યનો નાશ કફ વાયુમેહ તાપ કોઢ અને અંગનો સંકોચ વીગેરે અનેક જાતના વિકારને કરે છે. એટલા માટે હરતાળને શુદ્ધ કર્યા વિના વાપરવી નહી.

૮ હરતાળનું શોધન—હરતાળના બારીક ટુકડા કરી તેની લુગડામાં પોટલી બાંધવી. પછી તેને ડોલાયંત્રમાં કાંજીમાં એક પહોર સુધી પકવવી તેમજ ભુરા કહોળાના રસમાં, એક પહોર, તલના તેલમાં એક પહોર અને ત્રીફલાના કાઢામાં એક પહોર સુધી પકવવી. તેમ કરવાથી હરતાળ શુદ્ધ થશે.

૯ હરતાળ સુદ્ધ કરવાનો બીજો પ્રકાર—હરતાળનાં જુદાં જુદાં પત્રાં કરી તેની પોટલી બાંધી કાંજીમાં ત્રણ દીવસ પકવવી પછી ભુરા કહોળાના રસમાં દુધમાં અને વડના દૂધમાં ત્રણ દીવસ પચાવવી એટલે શુદ્ધ થાય છે.

૧૦ હરતાળ શુદ્ધ કરવાનો ત્રીજો પ્રકાર—હરતાળ ભુરા કહોળાના રસમાં ચુનાના પાણીમાં અને તેલમાં ડોલાયંત્રમાં પચન કરવી એટલે શુદ્ધ થાય છે.

૧૧ શુદ્ધ હરતાળના ગુણ—શુદ્ધ હરતાળ શરીર કાન્તિ વીર્ય અને આયુષ્યની વૃદ્ધી કરે છે તથા કોઢ અલ્પમૃત્યુ અને જ્વરાદિ રોગનો નાશ કરે છે.

૧૨ હરતાળ મારણ—સુદ્ધ કરેલી પત્રાવાળી હરતાળ લેઇ સાટોડી (પુનરનવા)ના રસમાં એક દીવસ ખલ કરી ગોળો કરી સુકવવો પછી માટીના ગાગર જેવા વાસણમાં

પેલો ગોળો મુકી તે ગાગરના મોઢા સુધી સારોડીનો રસ ભરવો. પછી તેને ઢાંકણું ઢાંકી પાંચ દીવસ સુધી ચુલા ઉપર મુકી ક્રમાગ્નિ આપવો એટલે હરતાળ ભસ્મ થશે. તે કાઢીને એક ગુંજ યોગ્ય અનુપાનથી આપવાથી અનેક જાતના રોગોને મટાડે છે.

૧૩ શુદ્ધ હરતાળ લઇને તેને દુધી, સહદેવી અને ચીકણાનાં રસમાં ત્રણ દિવસ ઘુંટી પછી તેની ચક્રિકા કરી તે ખાખરાની રાખથી અડધા ભરેલા માટીના વાસણમાં મુકી તેના ઉપર બીજી રાખ ભરી તે વાસણ વાલુકાયંત્રમાં તીવ્રાગ્નિથી પચન કરવું. સ્વાઙ્ગશીત થયેથી કાઢી તે હડતાળ ભસ્મ સર્વે રોગો ઉપર આપવી.

૧૩ઔ હરતાળ ભસ્મ—શુદ્ધ હરતાળ એક તોલો લોહભસ્મ એક તોલો સોનું રૂપું જોઇતા પ્રમાણથી લેવું. એ બધાને એકત્ર કરી સાતવાર માટિ કાપડનો લેપ કરેલી કાચ કુંપીમાં તે ભસ્મને મૂકી વાલુકા યંત્રમાં મંદાગ્નિથી ચાર પહોર પચન કરી સીસીના મોઢા ઉપર વજ્ર મુદ્રા કરવી ટાઢું થઇ ભસ્મ કાઢી ડાબડીમાં ભરી રાખવી.

૧૪ હરતાળ ભસ્મ—હરતાળ કિંવા મન્સિલ લિંબુના રસમાં પ્રક્ષાલન કરી કડકા કરી દશાંશ ટંકણખાર મેળવવો અને ચોખંડા વસ્ત્રમાં પોટકી બાંધી ડોલાયંત્રથી ચુનાનું પાણી કાંજી કોળાનો રસ, લીંબુનો રસ, તેલ, નીફળાંનો કાઢો એ પ્રત્યેકમાં બબ્બે પહોર પચન કરવી. પછી લીંબુના રસમાં ધોવી અને ખાખરાના મૂળની છાલનો રસ મેળવી ઘુંટવી પછી ભેંસના મુત્રમાં ખલી સુકવવી અને તે ગોળો સરાવ સંપુટમાં મુકી ગજપુટ આપવું, સીત થયા પછી કાઢી બકરીના દુધ સાથે ઘુંટી સુકવી ખાખરાની રાખથી અડધા ભરેલા હાંલ્લામાં મૂકી ઉપર ગળા સુધી રાખે ભરી મ્હોં ઉપર ઢાંકણુ મૂકી ચૂનો અને રાખ એનાથી સાંધો બંધ કરી ધુમાડી બહાર ન જાય તેવો લેપ કરી બત્રીશ પહોર ચોખાને આપે છે તેવો તાપ આપવો. સીત થયા પછી યુક્તિથી ચંદ્રમાં કિંવા કુંદ પુષ્પ સરખી ધોળી નિર્ધુમ ભસ્મ કાઢી લેવી અને જૂના ગોળ સાથે એક ગુંજ આપવી. પથ્યમાં ચણાં, ભાખરી, સાઠી ચોખા આપવા મીઠું ખાવું નહિ એ પ્રમાણે એકવીસ દિવસ કરવું સર્વે વ્યવહાર છોડવો. પવન લેવો નહિ તેથી ગળત કુષ્ઠ, પુંડરિક, ચિત્ર, કપાલીક, અવદુંબર રક્તજીવ્હક કાલક, સ્ફોટ, વાયુ, પાંડુરોગ, ખરજ, પામા, વિચર્ચિકી, વિસર્પ એંશી પ્રકારના વાયુ અને ભગંદર એ સર્વે રોગનો નાશ કરે છે અને બીજા પણ સંપુર્ણ વ્રણનો નાશ કરે છે જેવી રીતે સૂર્યથી અંધકારનો નાશ થાય છે તેવી તેતે આ હરતાલ ભસ્મથી રોગોનો નાશ થાય છે..

૧૫ હરતાળ ભસ્મ—શુદ્ધ હરતાળ એકવીસ દીવસ પીપળાના રસમાં ખલ કરવી. અને ગોલા કરી પીપળાના રાખથી અડધા ભરેલા માટલામાં મૂકી કાપડ માટી કરી હજાર છાણાનો પુટ આપવો એટલે ચાર પહોરમાં ભસ્મ થશે. એ ભસ્મ લોહ ઉપર નાંખવાથી ધુમાડી નીકળતી નથી ને સફેદ થાય છે.

૧૬ હરતાળ ભસ્મ—એક ભાગ અને ધુમસાર બે ભાગ લઇ માટલામાં આંબલીની કીંવા પીપળાની રાખ અરધી નીચે રાખવી તેના ઉપર ધુમસાર અરધો નીચે પાથરી તેના ઉપર હરતાલ મૂકવી ફરી તેના ઉપર ધુમસાર પાથરી તેના ઉપર રાખ—ગળાં સુધી ભરી મુખ ઉપર ઢાંકણુ ઢાંકી કપડ માટી કરી ચુલા ઉપર મુકવું અને ચાર પહોર અગ્નિ આપવો તેથી હરતાલ ભસ્મ થશે તે શુદ્ધ અને નિર્ધૂમ થાય છે.

ગર્ભાશયમા ઓરના ડકા રહી જવાથી સડના માડે છે, ને તેથી પણ ગર્ભાશયમા વરમ થાય છે, કોઇવાર તેમાથી ગર્ભાશયને સડો લાગુ પડે છે કોઇવાર સ્ત્રીને પ્રસવથી જ્યારે નબળાઇ ઘણી આવી જાય છે, ત્યારે કુદરતી રીતે ધક્કા (Shock)ના પરિણામ તરીકે તાવ આવી જાય છે

પ્રકાર —જુદા જુદા કારણો અને ચિન્હોને લીધે ત્રણ પ્રકાર ગણવામા આવે છે (૧) વરમથી થતો સૂતિકાજ્વર (૨) ચેપીસૂતિકાજ્વર (૩) અન્નાશયના દોષ સાથે થતો સૂતિકાજ્વર

(૧) વરમથી થતો સૂતિકાજ્વર.

(Inflamatory Fevor)

ચિન્હ —પેટના અતરા વરણુમા, ગર્ભાશયમા કે તેના ઉપાગમા અગર તેની શિરાઓમા વરમ થવાથી તાવ ચડે છે, ત્યારે પેટમા દુખાવો ઉપડે છે, અને તેને અડવાથી કે દાબવાથી પીડા થાય છે, દરદ પેટમાં આસપાસ ફેલાય છે, અને દરદને લીધે સ્ત્રી પોતાના પગ વાળેલા રાખે છે, ને ચત્તિ પડી રહે છે ટાઢ થોડી થોડીવારે આવે છે, દરદ વધતુ જાય છે, અને તે સાથે શરીર વધારેને વધારે ગરમ થાય છે, પણ ત્વચ સુકી રહે છે નાડી ૧૨૦ થી કોઇવાર ૧૬૦ સુધી પણ ચાલે છે

જ્યારે ગર્ભાશયમાં વરમ થયો હોય છે, ત્યારે પરસેવો ઘણો જ આવ્યા કરે છે, અને તેથી કેટલાક ડાક્ટરો આને એક જુદી જાતનો સૂતિકાજ્વર ગણે છે, આ પરસેવાથી પેસાબ કાંઇ ઓછો ઉતરતો નથી, તેમ નાડી કાંઇ ધીમી પડતી નથી, તૃષા બહુ લાગે છે, અને કોઇવાર હાથના પોચા ઉપર કે શરીરના બીજા ભાગ ઉપર કાળા ચાઠાં પડે છે આ સાથે પ્રસવ પછી થતો સ્વાભાવિક પ્રવાહ ઘણીવાર બધ થઇ જાય છે જો આ વરમ ત્રણ ચાર દિવસ સુધી રહે તો, કોઇવાર ઝાડો થઇ આવે છે દરદીનો સ્વભાવ ચીંતાતુર, અને પોચો થઇ જાય છે, નાડી પાતળી, પોચી અને ઉતાવળી ચાલે છે, શ્વાસોશ્વાસ ઉતાવળો ચાલે છે, એથી શ્વાસ ઉપડયો હોય એમ લાગે છે, અને આ ચિન્હ વધારે ભયકર છે ઘણીવાર પેટ ચડી આવે છે, કેટલીકવાર ગર્ભાશયના વરમમાથી પેટના અતરાવરણનો પણ વરમ થઇ આવે છે, ને તેથી આખા પેટમાં દુખાવો લાગે છે જો પ્રસવ પછી નીકળતો સ્વાભાવિક પ્રવાહ જે "લોકીયા" કહેવાય છે, તે બધ થઇ જતો નથી, તો તે ગધાવા લાગે છે ધાવણ પણ કમી આવે છે, અને કોઇવાર તદન બધ પડી જાય છે.

જ્યારે પેટનાં અંતરાવરણમાં વરમ પહેલેથી જ થાય છે, ત્યારે શરૂઆતમા ટાઢ વાય છે અગર સખત દુખાવો ઉપડે છે, પણ ઘણુ કરીને તે બન્નેની પહેલા જ નાડી તો ઉતાવળી ચાલવા માડે છે પછી મોળ આવે છે, ઉલ્ટી થાય છે, તાવ ભરાય છે, શ્વાસ ઉતાવળો ચાલે છે, અને માથુ સખત દુખવા આવે છે આખુ પેટ આળુ થઈ ગયું લાગે છે, તેથી તેની ઉપર લુગડાનો પણ ભાર ખમી શકાતો નથી. સ્ત્રી પોતાના શરીરને જરાપણ હલાવતી નથી કેમકે તેમ કરવાથી પણ તેના દરદમા વધારો થાય છે. વખત જતા પેટ ફુલીને મોટુ થાય છે, અને તેમાં રસ ભરાય છે ગર્ભાશયના વરમમા "લોકીયા" પ્રવાહ, અને ધાવણ જેમ અનિયમિત થઇ જાય છે, તેમ આ વરમમા પણ થાય છે

અંતરાવરણુના વરમને લીધે નાડી ઘણી ઉતાવળી ચાલે છે, અને જેમ જેમ રોગથી શરીર નબળું પડતું જાય છે, તેમ તેમ નાડી પાતળી દોરા જેવી, અનિયમિત તથા રેહી રહીને (intermittent) ચાલે છે. અંતકાળ નજીક આવે છે, ત્યારે શરીર થડું પડે છે ને નાડી જણાતી જ નથી. જીભ ઉપર ઘણું કરીને સફેદ છારી હોય છે, અને કોરનો ભાગ લાલ હોય છે. પેસાબ થોડો પણ ઘણો રંગીન ઉતરે છે.

(૨) સૂતિકાજ્વરનો રોગ.

(Epidemic of Puerperal Fever.)

જ્યારે સૂતિકાજ્વરનો રોગ લાગુ પડે છે, ત્યારે પ્રસવ પછી બે ત્રણ દિવસે ચિન્હો શરૂ થાય છે. પેટ જરા ચડી આવે છે, તેમાં દુખાવો જણાય છે, અને તેને અડવાથી પીડા થાય છે. નાડી ઘણી કઠણ અને ઉતાવળી ચાલે છે. તાવ ભરાય છે, પણ બીજા તાવની જેવો સખત તે હોતા નથી. જીભ સફેદ, અને ભીની રહે છે. ધાવણ કમી થાય છે. પેટનો દુખાવો કમી થાય છે, પણ પેટ વધારે ફુલી આવે છે, અને શ્વાસ ઉપડે છે. નાડી બહુ ઉતાવળી ચાલવા માંડે છે. છેવટ સુધી જીભ ભીની રહે છે, મન સ્વસ્થ રહે છે, અને દરદી ઘણું કરીને પાંચમે દિવસ મરણ પામે છે. કોઇવાર આમ થવાને બદલે શરૂઆતમાં ટાઢ આવે છે, તે કેટલીકવાર પ્રસવ પછી થોડાએક કલાકની અંદર આવે છે; આખા પેટમાં સખત દુખાવો ઉપડે છે, નાડ નબળી ને પોચી ચાલે છે, દરદી બહુ શોકાતુર લાગે છે, તેનું કપાળ બહુ દુખે છે, ચ્હેરો બેસી જાય છે, અને તેની ઉપર પરસેવો રહ્યા કરે છે. વખતો વખતે ઉલટીમાં લીલાં પાણી નીકળે છે; વખતે ગંધાતો ઝાડો પણ થઇ જાય છે, પ્રવાહને સ્રાવણુ બન્ને અનિયમિત થાય છે, અને આ બે ત્રણ દિવસમાં, કોઇવાર પંદર વીસ કલાકમાં પણ મરણ પામે છે આ એપી તાવથી એકદમ દરદીની શક્તિ ઓછી થઇ જાય છે, તથા તેણી નિરાશ અને હોસકોસ વગરની થઇને પડી રહે છે. ગર્ભાશયનું માંસ પોચું અને પાકી ગયા જેવું થાય છે. શરીરની ગરમી કોઇવાર૧૦૫°-૧૦૬° જેટલી થઇ જાય છે.

(૩) અન્નાશયના દોષ સાથે થતો સૂતિકાજ્વર.

(Gastro-Enteric Puerperal Fever.)

આ જ્વર થવાનું કારણ પક્વાશય તથા આંતરડાંનો કાંઇ દોષ હોય છે. તેને લીધે પેટમાં ચૂંક આવે છે, વાયુ જણાય છે, ઝાડો થઇ આવે છે, તે કાળો ને દુર્ગંધવાળો હોય છે, નાડ ઉતાવળી ચાલે છે વખતે પિત્તનું જોર હોય છે, જીભ મેલી રહે છે.

કોઇ વાર ગર્ભાશયની શિરાઓને વરમ (Uterine Phlebitis) થઇ આવેછે આને લીધે પેટમાં દુખાવો ઓછો હોય છે, પરંતુ નાડી બહુ ઉતાવળી ચાલે છે ને ટાઢ વાય છે, પછી તાવ ભરાય છે. શિરાઓમાં વરમ થાય છે, ત્યારે સ્ત્રીને હિસ્ટીરીઆના જેવાં ચિન્હ થાય છે, અને આમ થવાનું કારણ લોહીમાં ભળેલાં પરૂના રજકણો હોય છે.

દરેક જાતના સુતિકાજ્વરમાં આંખોની ફરતી કાળાશ પડતી કુંડાળાઓ પડે છે, કીકી વિસ્તૃત થાય છે, આંખનું શ્લેષ્મપડ ચળકતું અને લોહી વિનાનું થાય છે, તેથી આંખ ઘણી સફેદ લાગે છે, તથા દરદીનો ચ્હેરો ઘણો દુઃખદર્શક અને બેસી ગયેલો જણાય છે.

સુતિકા સન્નિપાત.
(Puerperal Insanity)

સુતિકા સન્નિપાત મુખ્યત્વે કરીને બે વખતે થતો જોવામા આવે છે. એકતો પ્રસવ પછી તરતજ સ્ત્રી બહુ અશક્ત થઇ ગઇ હોય ત્યારે, બીજો ધાવણ આવતું હોય તે દર્મ્યાન હરકોઇ સમયે, જેમ જેમ પ્રસવ પછી વધારે દિવસો જતા જાય તેમ તેમ તે થવાનો સંભવ ઓછો

કારણ—લાયકકરનારાં—સન્નિપાત અગર જરા ગાંડપણવાળું મગજ વારસામા ઉતર્યું હોય છે, તેથી વખતોવખત પ્રસુતિ થવાથી, નમળાઇ અને ક્ષીણતાથી, પેસાબમાં આલ્બ્યુમીન જતો હોય તેથી, ગુહ્યાવયવો ઉશ્કેરાઇ ગયા હોય તેથી, વાઇ આવવાથી અગર સુતિકાજ્વર આવવાથી સ્ત્રી સન્નિપાતને લાયક થાય છે. ઉત્પન્ન કરનારાં:—પ્રસવ સ્વભાવિક રીતે થવાને બદલે ઘણી મહેનતે ને લાબા વખત સુધી સ્ત્રી પીડાયા પછી થયો હોય, પ્રસવ કરાવતી વખતે કાઇ શસ્ત્રથી સ્ત્રીને ઇજા થઇ હોય, રક્તસ્ત્રાવ બહુ થયો હોય, અગર તો પ્રસવ પછી સ્ત્રીને અતિ હર્ષ, ક્રોધ, ચિંતા, ભય, કે શોકનું કાંઈ કારણ મળ્યું હોય તેથી તેણીને સન્નિપાત કે ઉન્માદ થઇ આવે છે

પ્રકાર—(૧) ઉન્માદ અને (૨) મંદ ચિત્તભ્રમ, તીક્ષ્ણ સન્નિપાત ઉન્માદને મળતો હોય છે, અને તેથી ઉન્માદ નામ તેને યોગ્ય છે તે પ્રસવ પછી તરતજ અગર ધાવણ શરૂ થાય છે એટલે થઇ આવે છે મંદ ચિત્તભ્રમમા તોફાન કે એવો ઉન્માદ હોતો નથી, અને સ્ત્રી જ્યારે બાળકને ધવરાવવાથી નમળી પડી જાય છે, ત્યારે તેને થાય છે

ઉન્માદનાં લક્ષણ.
(Acute Mania)

જુદી જુદી સ્ત્રીને થતા લક્ષણો એક સરખા હોતા નથી. શરૂઆતમા ઉંઘ ઉડી જાય છે, માથુ દુખે છે આખ ગાંડા માણસના જેવી લાગે છે, અને સ્ત્રી ઘરની ચીજો સામે આમતેમ જોવા લાગે છે, કોઇવાર ધાવણ ઓછુ થઇ જાય છે અને સ્ત્રી એકદમ ગાંડી થઇ જાય છે, અથવા તો નિદ્રા નાશ, ચીડીઓ સ્વભાવ, માથાનો દુખાવો, બેચેની, યાદ શક્તિ કમી થવી, પોતાનુ તથા બાળકનું પણ ભાન ન રહેવું ઇત્યાદિ લક્ષણો થોડાક દિવસ રહ્યા પછી તેણી ઉન્મત્ત થઇ જાય છે બધાને મારી નાખીશ, પોતે મરી જઇશ એવું બોલવા માંડે છે બચ્ચાને લઇને મારી નાખવા માંડે છે, ઘરના ઠામ પછાડવા લાગે છે, પોતાનું માથુ ફોડવા બેસે છે, ગાંળો ને શ્રાપ દે છે, સમ ખાવા લાગે છે, ઘર બહાર ભાગવા માંડે છે, વખતે જુઠ્ઠું બોલે છે, આત્મઘાત કરવા તત્પર થાય છે, પોતાના ધણીને બેહદ ઠપકો દેછે, ખાતી નથી ને કોઇનો તેને વિશ્વાસ પણ આવતો નથી સ્ત્રી પોતાનુ ગાંડપણ અને ઉન્માદ હરેક રીતે બતાવે છે. તેની ચામડી ભીની રહે છે, અને શરીરની ગરમી કમતી રહ્યા કરે છે.

મંદચિત્તભ્રમનાં લક્ષણો
(Melancholia)

સ્ત્રીનું શરીર નબળુ હોય છે, લોહી પણ કમી હોય છે, અને ધાવણથી કે રક્તસ્ત્રાવથી તેને વધારે નબળાઇ થઇ હોય છે. ચ્હેરો ફિક્કો અને ઉદાસીનતાવાળો રહે છે સ્ત્રી ઘણો

વખત બોલ્યા ચાલ્યા વિના સુઈ રહે છે, અને પુછે તેટલાનોજ જવાબ આપે છે, પણ પોતાની મેળે કાંઇ વાતચિત કરતી નથી. નાડી સાધારણ રીતે સારી ચાલે છે, અને શરીરની ગરમી સાધારણના કરતાં કમી રહે છે. કોઇવાર સ્ત્રી પોતાના ધર્મ, ને આચાર વગેરેમાં થયેલ ભંગને માટે જીવ બાળ્યા કરે છે, પોતાના કોઇ સગાનું મૃત્યુ થયું હોય તેનો શોક કરે છે, અગર એવું પોતાના કુટુંબમાં કાંઇ દુખ હોય તે સંભારી સંભારીને રડે છે, ને કુટે છે; પણ ઘણે ભાગે તો તેણી મૂઢ અને જડ થઇને પડી રહે છે. આવું ચિત્તભ્રમ લાંબા વખત સુધી ચાલવાનો તથા ઘેલછાનું દીર્ઘરૂપ ધારણ કરવાનો વધારે સંભવ રહે છે. જે સ્ત્રીઓને હિસ્ટીરીઆનું દરદ હોય, અગર તો જેના સગામાં કોઇ ગાંડુઘેલું થયું હોય તેવી સ્ત્રીઓને ચિત્તભ્રમ સુવાવડમાંથી ઘણીવાર થઈ આવે છે.

સુવાવડમાં આવતો ટાઢીઓ તાવ.
(Puerperal Ephemera)

આ તાવ ટાઢ વાઇને સુવાવડી સ્ત્રીને એક કે બે વખત આવે છે પણ સૂતિકાજ્વરની જેવો તે પ્રાણઘાતક હોતો નથી.

કારણ:—થાક, નબળાઇ, શરદી, મેલેરીઆવાળી હવા ઇત્યાદિથી આવો તાવ આવીજાય છે.

ચિન્હ—પ્રસવ પછી ચાર પાંચ દિવસે ટાઢ વાઇને તાવ આવે છે. માથું દુખે છે, વાંસો ફાટે છે, હાથપગમાં કળતર થાય છે. આંખો ફરતા ખાડા પડે છે, ધાવણ, પેસાબ, અને "લોકીયા"ના પ્રવાહ કમી થાય છે. પરસેવો આવીને સાત કે આઠ કલાકે તાવ નરમ પડીને ઉતરી જાય છે. કોઇવાર એક બે દિવસ પછી ફરીને તેવો તાવ આવે છે. ઘણું કરીને સાદા ટાઢીઆ તાવની જાતનો આ તાવ હોય છે.

સુવાવડમાં થતું પગનું દરદ.
(Phlegmasia alba dolens)

સુવાવડી સ્ત્રીનો એકાદ પગ, ઘણું કરીને સાથળ કેટલીકવાર સફેદ અને જાડી થઇ આવે છે, ને તે સાથે જરા તાવ આવે છે; આ સાથે બીજાં પણ લક્ષણો હોય છે. ઘણું કરીને ડાબા પગે આ પ્રમાણે થાય છે.

કારણ:—પગની શિરામાં રહેલા લોહીને રક્તાશય તરફ જતાં કાંઇ અટકાએત થવાથી આરોગ્ય થાય છે, એમ સામાન્ય રીતે મનાય છે; તોપણ ઘણા મતભેદ છે.

ચિન્હ:—જરા ટાઢ વાઇને તાવ આવે છે, પેડુમાં દુખાવો થાય છે. અને તે પગમાં પણ જણાય છે. કેટલીકવાર પગમાંથી દુખાવો પેડુ તરફ જતો લાગે છે; આખો પગ સુજી આવે છે, સ્પર્શ કરતાં ગરમ લાગે છે, ને તેમાં પીડા થાય છે, પરંતુ ત્વચા લાલ થવાને બદલે સફેદ થાય છે. તાવ શરીરમાં ભરાઇ આવે છે. પગમાં શિરા જે સ્થળે હોય છે, તે સ્થળે દાબવાથી દરદ વધારે થાય છે, અને શિરાઓ અને આસપાસની લીંફ વાહીનીઓ કઠણ દોરડા જેવી થાય છે, અને કોઇવાર સફેદ ત્વચા સોંસરી લાલ લીંટી જેવી દેખાય છે. પગને દાબવાથી તેમાં જળંદરના જેવો ખાડો પડતો નથી, અને તેમાં છિદ્ર પાડવાથી કોઇ જાતનો રસ બહાર નીકળતો નથી. પગને ટટળતો રાખવાથી તેમાં દુખાવો વધારે થાય છે, પણ બીજી કોઇ રીતે તેને ફેરવવામાં હરકત આવતી નથી. ચોવીસ કલાકમાં અગર તેથી પણ થોડા વખતમાં પગનો સોજો એટલો બધો વધી જાય છે કે પગ હોય તેથી બમણો જાડો લાગે છે.

REGISTERED No B 778

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાના નૂતન શોધખોળોના
ઉત્તમ રહસ્યોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતું લોકપ્રિય વૈદકીય માસિક

ધન્વંતરી.

DHANVANTARI

દરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.] જુલાઈ, ૧૯૧૦. અંક ૭ મો.

સદ્ગત તંત્રી—ડૉ. મંજુલાલ ભોગીલાલ ધારીઆકર.
એમ સી પી એમ એમ સી એચ સી (કલકત્તા)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મસીના માલેક,
ભોગીલાલ ત્રીકમલાલ વકીલ.
વીશનગર—ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોષ્ટેજ સાથે અગાઉથી ૨-૦-૦ છુટી નકલના ૦-૩-૦

સોરઠો.

મોજ મજાહમા રોજ, રહેવુ હોય જો થીંરરી,
ખોજ સહિત પ્રતિરોજ, તો વાચો "ધન્વંતરી."

"શ્રી સત્યનારાયણ" પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ—ધી કાટા—અમદાવાદ.

વિષયોની અનુક્રમણિકા.





ધન્વન્તરી.

SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरिं घृतकरामृत पूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकल सिद्धसुरेन्द्रवंद्यम् ॥
वन्देऽरविंदनयनं मणिमाल्यमायुर्वेदप्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમાં અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર ધારણ કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખાં નેત્રવાળા, મણિમાળાને પ્હેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક અને વળી જેમના નામનુ સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે, એવા **શ્રી ધન્વંતરી** ભગવાન્‌ને હુ નમન કરૂ છું

"MENS SANA IN CORPORE SANO" "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૩ જું.] જુલાઇ ૧૯૧૦. [અંક ૭ મો.

ચાહ અને બીડી.

(વૈદરભી વનમાં વલવલેઃ—એ રાહ.)

ચાહ અને બીડી પરહરો, એના સાંભળી દોષ;
સત્યથી કહું છું હું વાતડી, લાવશો નહિ રોષ;—ચાહ૦

વ્યવહારમાં પાવા પીવામાં, મોટું સમજીને માન;
લોકોમાં એ બે વધી પડી, એથી થાય છે હાણ.—ચાહ૦

ચાહ તણી વાત શું કહું, એ છે રોગનું ઘર;
નિર્બળ બને ભોગી એહના, હોય નારી કે નર.—ચાહ૦

જે ચાહને તમે ચાહીને, બહુ પીઓછો નિત;
મંદ પાડે જઠરાગ્નિ તે, ધાતુ બાળે ખચ્ચિત.—ચાહ૦

નાનાં શિશુ તણાં મા બાપો, માની મોટી વડાઈ;
ચમચા ભરી ચાહ પાઇને, બાળે બાળોની કાય—ચાહ૦

ઉના ઉકાળા જે ચાહના, નિત્ય નિત્ય પીવાય;
ધીમે ધીમે આંખો કર્ણાદિ, નબળાં પડી જાય.—ચાહ૦

દંત સડીને જાએ પડી, પેટના રોગો થાય;
સાદ બને અતિ ઓખરો, મગજ ગુમ થઈ જાય.—ચાહ૦

હૃદયના પડદા તણા, રોગ ઉત્પન થાય;
કહો એવી ઝેરી ચાહ તે, નિત્ય કેમ પીવાય?—ચાહ૦

ઘણા લોકો મૂર્ખાઈથી, હાંકે ખોટી બડાઈ;
"ચાહછે જીવન માંહેરૂ, એ વિણ ઘડી ન રહેવાય"—ચાહ૦
એવો ખોટો ઠાઠ પરહરી, ચાહ છોડો સજ્જન;
બચો એવા ખોટા ખર્ચથી, નિજ બાળતાં તન.—ચાહ૦
બીડી બીડી તમે શું કરો, બાળો બીડીનું નામ;
એમાં તમાકુ ભરાય જે, તે છે વિષ તમામ.—ચાહ૦
બીડી પીવાની કુટેવથી, કાળજું બળી જાય;
કપડાં બળે તેનું શું કહું? મોઢે મુતર ગંધાય.—ચાહ૦
વ્યસની પાસે બીડી હોય જો, તોતો નહિ કાંઇ બીક;
સાધન જ્યારે ખુટી પડે, ત્યારે માગવી ભીખ.—ચાહ૦
ઉદ્યોગથી અળગા થઇ, બીડી પીવા લલચાય;
આખરે પરિણામ એહનું, ક્ષયનો રોગ થાય.—ચાહ૦
દામ ખરે ખરૂં ખર્ચીને, થીયેટરોમાં જાય;
ત્યાં પણ વ્યસનીને સૂચવે, "બીડીની છે મનાઈ"—ચાહ૦
પૈસા આપીને ગયા છતાં, બીડી પીવાનું દુઃખ;
દુખીનું તે અપમાન છે, એમાં શું માન્યું સુખ?—ચાહ૦
"તમાકુ નર્કનું દ્વાર છે", એવું વિચારી મન;
ખાવા, પીવા, સુંઘવા તણું, તજીદો દુર્વ્યસન.—ચાહ૦
[1]ચાહને બીડી પીવામાં, ખાસ મોટો છે દોષ;
આંતરડાં અટકી પડી, થાય છે બંધકોશ.—ચાહ૦
હાલના નિશાળીઆ ઘણા, મઝા માણીને મોજ;
વારે વારે પીએ ચાહને, સો સો બીડીઓ રોજ.—ચાહ૦
દશ મીનીટ રજા તણી, ગાળે હોટલ માંય;
ચાહ પીધા પછી બીડીનો, કાઢે ધુમાડો ત્યાંય.—ચાહ૦
ચાહ બીડી તણા દોષનો, સહુ કરજો વિચાર;
બ્રીજભુખણ વિનવી કહે, ખોટો ખર્ચ અપાર.—ચાહ૦

લેખક,
બ્રીજભુખણદાસ નરોતમદાસ પટેલ.
વાંઝ.

---

૧. ચાહ અને તમાકુનાં વ્યસનને લીધે આંતરડાં પોતાનું કામ બરાબર બજાવતાં નથી; આવી સ્થિતિને બંધકોશ—કબજીઆત કે Constipation કહે છે. મનુષ્યને લાગુ પડતા સર્વ રોગોમાંથી લગભગ ૮૦ ટકા જેટલા વ્યાધિઓ તો માત્ર બંધકોશને લીધે જ થાય છે. ડૉક્ટર હૉલ કહે છે કેઃ—

"Constipation is the fathor to most of the diseases of mankind."
અર્થાત્ બંધકોશ એ મનુષ્ય જાતીને લાગુ પડતા ઘણા ખરા વ્યાધિ ઓનો જનક છે.

The Sense of Taste.

રસનેંદ્રિય.

(By Dr. J. H. Kellogg M D.)

Besides the ordinary sensations of touch and pain, there are four special sensations which are recognized by the tongue these are sweet, sour, saline, and bitter Bitter is most distinctly recognized at the root of the tongue, the other flavours are most accurately recognized at the tip & sides of the tongue It has been proved that each of these flavors is recognized by a special set of nerves The flavor of many substances is often more due to the odor which they emit and which is recognized by the sense of smell, than to any characteristic properties which are recognized by the sense of taste An onion, for example, has scarcely any flavoor at all when eaten with the nose closed, or by one who has a hard cold The same principle applies to numerous food substances A person whose sense of smell is destroyed has much less appreciation of the fine flavoors of natural foods than does one whose olfactory sense is intact

The Proper Function of the Sense of Taste

The chief use of the sense of taste is in combination with the sense of smell to inform us respecting the qualities of food, and to assist us in gauging its quantity in accordance with our needs When one is hungry, or has an appetite, almost every sort of wholesome food may be eaten with relish When the sense of hunger is satisfied, we cease to relish the same substances which a short time before were most agreeable, and may even loathe them

The sense of taste, combined with the olfactory sense, was doubtless intended as a perfect guide to man in his eating, as is still apparently the case with the lowr animals In order that this should be the case it is necessary, however, that the sense of taste should be natural, and that it should have opportunity for exercise Nerves of taste which have been

abused by the use of pepper, mustard; and other condiments, cannot recognize the delicate flavors of natural food, and are not ready to respond to those delicately balanced reflexes by which the body gives notice when a sufficient amount of food or drink has been taken-Such a perverted taste may, however, be educated so that it again becomes normal, and is able to perform this function, so important to nutrition. It is absolute-oely necessary, however, that food should be taken very slowly.. It should be eaten in a dry state, so that it may be chewed for a sufficient length of time to enable the saliva to dissoluc and set free its natural flavors, so that by contact with the nerves of taste, they may notify the stomach and other digestive organs through the connecting nerves of the service expected of them, thus enabling them to make the necessary preparation and to be in readiness. When food it taken in the liquid form, so that is is swallowed readily, or is rinsed down with water or other liquid, there is no opportunity for the exercise of this important function.

For our own well-being it is necessary that we should learn to recognize in the sense of taste not simply a means of pleasure, a gustatory intrument upon which, by the aid of the cook, the caterer, and our own ingenuity, we may play an almost indefinite variety of tunes, so to speak, through the combinations, alterations, and successions of flavors of various sorts, disregarding so far as possible the nutritive needs of the body and the capacity or the condition of the stomach, but as a devinely appointed guide to our appetites.

With many the question raised when palatable things are presented is not, "Am I in need of food ?" or, "Is this food adapted to my wants ?" but, "Will it taste good ? Has it a piquant or agreeable flavor ?"

Degradation of the Sense of Taste.

The amount of money expended in the mere gratification of the palate is immensely greater than that devoted to any other sort of sense indulgence. Roman emperors expended co-

enormous fortunes in a single feast. On visiting the ruins of Rome some years ago, the author was led into a spacious apartment which was once the dining room of Nero, the tyrant, the murderer, the libertine, the gormand, certainly one of the most vicious men of whom history gives us account. A small room adjacent, easy of access, was pointed out as the place where this unspeakably unclean monarch retired from the banquet room at intervals to empty his stomach, so that he might continue his swinish excesses. Thousands of persons today do little better. Though suffering daily from the effects of their dietetic abuses, they refuse to turn away from their evil habits, and continue to swallow pastries, rich gravies, sauces, ices, confectionary, pickles, cheese, and other dietetic abominations, they return, as the Scripture says, "like a dog to his vomit," though knowing well enough by experience the certain consequences of indulgence.

The sense of taste, when property used, is one of the body's most important safeguards. An unperverted palate is a wise and ever wakeful sentinel, which says promptly to the eater, "Enough", when he has swallowed a sufficient amount of nutrient material to meet the present requirements of his body. On the other hand, the perverted and abused palate is one of the most certain & expeditious agents for defiling the body temple, destroying its beauty, externally as well as internally, and opening the door to a whole legion of evil spirits, through which the temple may become the hold of every "unclean & hateful bird". From the Thanksgiving feast to the bacchanalian revel, the saloon, the dance hall, the gambling hell, the brothel, is a short road with a few turns. The palate was given man, not as an instrument of pleasure, but as a guide whereby he might select in proper quantities food substances of the qualities suited to his needs. The debasement of this function to the ends of pleasure is the beginning of a prostitution of the body which ends only in abondonment to the grossest forms of self-indulgence, and ends in premature exhaustion of the vital resources, early decay of

the body's forces, and ignominious death; for no death can be considered honorable which is the direct consequence of one's own acts, or suicide. Said an eminent French writer, "Man does not die, he kills himself."

Perverted Tastes.

Job asked the question, "Is there iniquity in my tongue? cannot my taste discern perverse things?" Job 6:30. While perhaps it is hardly fair to hold the tongue responsible, even in the most flagrant departure from dietetic rectitude, it must be admitted that the tongue as an organ of taste is certainly made an instrument of the grossest and most inexcusable selfishness in holiday gormandizing and social feasting. How many may say with truth "Can *my* taste discern perverse things?" Multitudes of men and women have departed so far away from the natural order, and have so long educated their palates in vicious ways, that the sense of taste is no longer a safe guide, but instead has come to be a source of temptation and a snare. Morbid cravings of the most distructive character demand gratification. The appetite for mustard, vinegar, highly spiced and greasy foods, pickles, cheese, even flesh meats, is altogether unnatural; and as the result of vicious training and perversion the palate which has thus been mistrained may actually refuse to recognize as good and satisfying the very best and most wholesomely prepared natural foods, and will turn away from bread to choose a stone or something equally indigestible.

It is doubtless true that the present is pre-eminently an age of gormandizing. There never has been a time in the history of the world when so much time and attention and money were given to the gratification of appetite by the masses. While there are a few who are seeking to know the devine order in diet and in every order of life, the multitude are saying to themselves, "Let us eat, drink, and be merry," quite forgetting the sickness, suffering, and death which the morrow is sure to bring. "Whose end is destruction, whose god is

their belly, and whose glory is their shame." Phil. 3: 19. In these pointed words the apostle Paul draws a quick and graphic picture of a man given to the indulgence of appetite. It must have been the same sort of a man of whom Solomon spoke when he wrote, "All the labor of a man is for his mouth" (Eccl. 6 : 7); and to whom the prophet Isaiah referred, "Yea, they are greedy dogs [margin, "strong of appetite], which can never have enough." The end of such a man, as the apostle Paul truly says, " is destruction " Physical destruction surely comes sooner or later to every man who disregards those natural laws which govern the appetite, and which if followed would lead him to take into his stomach only such foods as are in the highest degree fit to sustain the noblest work of God, and in such quantity as is necessary to meet his daily requirements.

सरजरी अथवा शस्त्रक्रिया*
અને
विन जरुरी वाढकाप.

બેશુદ્ધિ લાવનાર દવાઓ શોધી કાઢનારા શોધકો મનુષ્ય જાતનું વધારેમા વધારે હિત સાધનારાઓમા મુખ્ય ગણાય છે. કારણ કે પ્રજાવર્ગ એવું માનતો જણાય છે કે ઇથર, ક્લોરોફોર્મ, અને એવીજ બીજી દવાઓ વડે મનુષ્ય જાતનાં દુઃખોનો સમુહ ઓછો થાય છે. આ વાતની સત્યતા વિષે મને મોહોટી શકા છે.

બેશુદ્ધિ લાવનાર દવાઓએ શસ્ત્રક્રિયાનું કામ ઘણું જ સહેલું કરી દીધુ છે, અને વાઢકાપથી તેજ વખતે જણાતી પીડાને જો કે દુર કરી છે, તોપણુ વેદનાહારક દવાઓના અદ્દભૂત ગણાતા ગુણોથી અવિચારી અને બીન જરૂરી " ઑપરેશન્સ " એટલાંતો વધીગયાં છે કે હવે દુનિયામા કરવામાં આવતાં દર સેા " સરજીકલ ઑપરેશન્સ " યાને શસ્ત્રક્રિયાઓમાંથી નેવું શસ્ત્રક્રિયાઓ તો વગર જરૂરની જ હોય છે ઘણાખરા દાખલાઓમાં આવી રીતે અવિચારીપણાથી અને ઉતાવળથી કરવામાં આવતી શસ્ત્રક્રિયાના પરિણામે બિચારા દરદીને આખા જન્મભર અશક્તિ અને દુઃખ ભોગવવું પડે છે, જે તેવી શસ્ત્રક્રિયાઓ કરતા પહેલાંનાં દુઃખ કરતા પ્રમાણુમા ઘણુંજ વધી પડે છે.

* વિદ્વાન પ્રખ્યાત ડૉકટર એચ. લીન્ડલ્હાર એમ. ડી. ના એક ઇંગ્રેજી લેખનું ભાષાન્તર કરનાર ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ ઁ. એમ. ઇ, એન. ડી.

ભાગેલા હાડકામાટે, ઝખમોમાટે, પ્રસુતી વખતની અડચણ વેળાએ કરવામાં આવતી શસ્ત્રક્રિયામાટે, અને બીજી કેટલીક કેવળ 'મીકેનીકલ' વિકૃતિઓ માટે શસ્ત્રક્રિયાની ખાસ જરૂર પડે છે; તે વાતની હમે ના પાડતા નથી. આવા સર્વ દાખલામાં 'ઍનીસ્થેટીક' અથવા બેભાની લાવનાર દવાઓ અવસ્ય વેદના અટકાવે છે. આવી વેદના બીજી કોઇ પણ રીતે નિવારી શકાતી નથી. પરંતુ જે કોઇ માણસે શસ્ત્રક્રિયાના ભોગ થઇ પડેલા અસંખ્ય માણસોનું લંબાણ પહોંચતું દુઃખ જોયું હશે, તેની તો ખાત્રી થયાવિના નહિ જ રહે કે, "ઍનીસ્થેટીક" દવાઓએ એક બે ધારવાળી તરવારનું કામ કર્યું છે. કારણકે તેવી દવાઓની મદદથી જેટલા ઘા રૂઝાયા છે તેના કરતાં ઘણા જ વધારે ઘા મનુષ્યોને તેવી દવાઓથી થયા છે.

ઘણાક વિદ્વાન ડૉક્ટરો હાલમાં ચાલતી ઔષધપદ્ધતિના નિરૂપયોગીપણા અને નુકશાનને થોડા કે વધારે પ્રમાણમાં જોઇ શક્યા છે. દવાઓના રગડ દરદીઓના ગળામાં રેડવાના હાનિકારક ધંધાથી કેવળ અસંતોષ પામી, અને કંટાળી જઇ, તેઓ સરજરી અથવા શસ્ત્રક્રિયા તરફ વળે છે. અને એવું ધારે છે કે મનુષ્યોનાં દરદો દુર કરવાની શસ્ત્રક્રિયા એ એક ખરેખરી 'સાયન્ટિફીક' યાને શાસ્ત્રીય પદ્ધતિ છે. તેઓ એવું માનતા જણાય છે કે એક રોગી થયેલા ભાગને સુધારવાનો સમજાણ ઉપાય તે ભાગને હથીઆરવડે કાપીને કાઢી નાંખવો તે છે. ખરેખર આવો વિચાર નહાનાં બાળકો કરે તો તે વ્યાજબી ગણાય, પરંતુ વિદ્યાકળામાં નિપુણ્ય થયેલા માણસો કરે એ શોભે નહિ.

એક રોગી થયેલા અવયવને કાપીકાઢી તેને એક ઍલ્કોહોલના શીશામાં સંઘરી રાખી સરજનની લૅબોરેટરી શોભાવવાથી દરદીનો તે અવયવ શીરીતે સુધરે અને સાજો થાય છે, તે હું પોતે તો સમજી શકતો નથી.

નાશ અથવા સુધારણા—એમાંથી કયું સારૂં ?

પરંતુ એકાદ સરજન કહેશે કે સુજી અને પાકી જઇ, અથવા તો લાંબા કાળસુધી ધીમે ધીમે કહોયા કરી, જ્યારે શરીરનો કોઇ એક અવયવ તદ્દન નકામો થઇ જાય છે, ત્યારેજ અમે તેને કાપીને કાઢી નાંખીએ છીએ. તેમની આવી દલીલોને હુંતો તદ્દન ભૂલભરેલી ગણું છું. ગયા આઠ વર્ષ દર્મીઆન સેંકડો દરદીઓ અમારા સેનેટોરીઅમની સારવાર માટે આવેલા કે જેમના વિદ્વાન ડૉક્ટરોએ તેમને એવી સ્પષ્ટ સલાહ આપેલી કે જો તેઓ જલદી શસ્ત્રક્રિયા નહિ કરાવેતો તેમને બચવાનો કોઇ પણ માર્ગ નથી. લગભગ એકપણ અપવાદ સિવાય આવા સર્વ દરદીઓને મેં કોઇ પણ ઝેરી દવા કે જંતુનાશક ઔષધિ અથવા તો વાઢકાપની ક્રિયા વગર સાજા કર્યા છે.

પાંચ કે છવર્ષ ઉપર કેટલીએક સ્ત્રીઓ જેમની "ઓવરી" અથવા બીજાશય કાપીને કાઢી નાંખ્યા વગર છુટકો જ નથી, એમ મ્હોટા મ્હોટા ડૉક્ટરોએ અભીપ્રાય આપેલો પરંતુ તેવી ક્રીયાથી જે વાંઝીયાપણું તેમને આખો જન્મારો ભોગવવું પડે, તે પસંદ નહિ પડવાથી તેઓએ શસ્ત્રક્રિયા નહિ કરાવતાં કુદરતી ઉપચારનો આશ્રય લીધો. તેથી હવે તેઓ નિરોગ અને કેટલાંક બાળકોની માતાઓ થવા પામી છે. અગાઉના અમારા ઘણા-

એક દરદીએ છયું તેમજ તિવ્ર 'એપેન્ડાઇસાઇટીસ,' નામના રોગથી પીડાતા હતા, અને તે રોગ માટે તેમણે ઘણા ઘણા ડૉક્ટરોની દવા કરેલી ત્યારે તે ડૉક્ટરોએ તેમને છેવટે શસ્ત્રક્રિયા કરી આંતરડાને વળગેલો તે રોગી ભાગ કાપીને કાઢી નાંખવાની જ સલાહ આપેલી. પરંતુ મેં તેમને વગર દવાએ અને વગર શસ્ત્રક્રિયાએ સાજા કરેલા તેથી તેઓ હજુ સુધી નિરોગ અને છવતા રહી શક્યા છે. મુત્રપીંડ, મુત્રાશય, અને પિત્તાશયની પથરીઓ માટે, તેમજ શરીરની અંદર કોઈ કોઈ ભાગમા થયેલી ગાંઠો માટે, અને મુત્રપીંડના સ્થલાંતર માટે તેમજ જઠર અને આંતરડાંના કેટલાક દરદો માટે શસ્ત્રક્રિયાઓ કર્યાવીના છુટકો જ નથી એમ કહી જેમને ભડકાવી મારવામા આવ્યા હતા તેવા અખ્યાબંધ દરદીઓને શસ્ત્રક્રિયા વગર સાજા કરવામાં આવ્યા હતા. તે ઉપરાંત ચોરીયા અને ગળામા થયેલી ગ્રથીઓવાળા છોકરાને શસ્ત્રક્રિયામાથી હું બચાવી શક્યો છુ. શસ્ત્રક્રીયા વગર મટેજ નહિ એવા ગણાતા આવા ઘણાજ કેસો મેં વાઢકાપ કર્યા વગર મટાડયા છે. અને આવી રીતે સાજા થયેલા દરદીઓ હજુ સુધી પોતાના શરીરનો કોઇપણ ભાગ ખોયા સિવાય સુખમા અને નિરોગ અવસ્થામાં દિવસો નિર્ગમન કરેછે.

એક બગડેલા અવયવને કાપી નાખવા કરતા તેને સુધારીને સાજો કરવો, એ શું વધારે સારૂ નથી? પ્રતિક્ષણે કુદરત સાબીત કરે છે કે, જે વધારે સારો માર્ગ તેજ હમેશા સ્હેલામાં સહેલો માર્ગ એકંદર રીતે જોતા હોય છે.

શરીરના કોઇ અમુક ભાગના રોગ માટે જેમના ઉપર શસ્ત્રક્રિયા કરવામા આવેલી, પરંતુ કુદરતી ઉપચાર કરવાથી શસ્ત્રક્રિયા વગર મટાડી શકાત એવા સેકડો લોકો બિચારા જન્મભર અપંગ આવી શસ્ત્રક્રિયાથી બની દુઃખી થયા કરે છે. આપણા જોવામાં આવતા સર્વે દાખલા કરતા આવા મનુષ્યોના દાખલા ઘણાજ દયાપાત્ર હોય છે. આપણી પાસે સલાહ લેવા આવનાર દરદીને પુછતા જો એમ માલુમ પડે કે તેના ઉપર અગાઉ શસ્ત્રક્રિયા કરવામા આવી હતી, તો પછી તેના સાજા થવા વિષેની આપણી આશા બહુ જ ઓછી થઇ જાય છે. કારણકે એવા દરદીઓ વિષેના આપણા અનુભવથી આપણે જાણીયે છીયે કે શરીરનો કોઇ ભાગ જ્યારે કાપી નાખવામા આવે છે, ત્યારે તેવા શરીરવાળા દરદીને સાજા થવાની આશા બહુજ થોડી રહે છે. કારણ કે તેવા દરદીમાં જીવનબળ અને ફરીથી નિરોગ થવાની શક્તિ બહુજ ઓછી હોય છે.

શરીરમાથી જ્યારે કોઇ અગત્યનો ભાગ કાપી નાખવામાં આવે છે ત્યારે શરીરનું સમતોલપણું હમેશને માટે નાશ પામે છે. એકાદ ચક્ર કે સ્પ્રીન્ગ વગરના ઘડીઆળ જેવું તે શરીર બની રહે છે. અને જો કે તે ચાલ્યા કરે છે તો પણ તે કદીએ જોઇએ તેવી સારી રીતે ચાલી શકતુ નથી જરા સરખા વિરોધી સંજોગો આવતા તુરત તેનુ સમતોલપણું બહુજ ખસી જઈ તે ઘણુ બગડી જાય છે.

મનુષ્ય શરીર એક વ્યક્તિરૂપ આખું યંત્ર છે.

જેમ જેમ વર્ષો જાય છે તેમ તેમ આપણને વધારેને વધારે સમજાતું જાય છે કે મનુષ્ય શરીર એક સમજાતિય અને અનુરૂપ યંત્ર છે. અને તે યંત્રના એક ભાગને નુકશાન કરવાથી તેના બીજા ભાગોને અને ઘણીવારતો આખા કાયા યંત્રને નુકશાન પહોચ્યા વિના રહેતું નથી.

વિએના શહેરના એક વિદ્વાન ડૉક્ટરે એક બહુ ઉપયોગી પુસ્તક પ્રસિદ્ધ કર્યું છે; જેમાં તેણે બતાવ્યું છે કે નાકની અંદરની કુમળી ત્વચાના પડને શરીરના દૂરના ભાગ અને અવયવો સાથે બહુજ ઘાઢો સંબંધ હોય છે. નાકમાંનો એક ચોકસ નાનો સરખો ભાગ તેણે શોધી કાઢયો છે, કે જેને ફેફસાં સાથે ઘણો જ સંબંધ છે. વિજળીની સોય-વડે નાકમાંના આ ભાગને ઉત્તેજીત કરવાથી દમવાળા દરદીઓને દમ ઘણાજ જોરમાં ઉપડી આવે છે. અને નાકમાંના તેજ ભાગને દવા લગાડી લાગણી વગરનો કરી નાંખવાથી શ્વાસ અથવા દમના સખ્તમાં સખ્ત હુમલાને અને ઉધરસને તત્ક્ષણ દાબી દેઇ શકાય છે. નાકની અંદરના એક બીજા ભાગનો સંબંધ જનનેંદ્રિય સાથે હોય છે, એમ ઉપરના ડૉક્ટરે બતાવી આપ્યું છે. નાકમાંના એ ભાગને વિજળી વડે ઉત્તેજીત કરવાથી તુરત સ્ત્રીઓને ગર્ભપાત થાય છે. અને 'એનીસ્થેટીક' અથવા અચેતન લાવનાર દવાઓ નાકમાંના તે ભાગને લગાડવાથી ગર્ભાશયમાંથી થતો રક્તશ્રાવ અટકાવી શકાય છે.

આ અને એવી બીજી ઘણી એક અનુભવની વાતોથી શરીર એક આખું અને જુદા જુદા ભાગના પરસ્પર ઘાઢ સંબંધ વાળુ યંત્ર છે, એ બીના ઉપર અદ્ભૂત પ્રકાશ પડે છે. એક બહુ વિશાળ અને ગુંચવણ ભરેલી ગોઠવણ વાળી ટેલીગ્રાફની સીસ્ટીમને શરીર ઘણું જ મળતું આવે છે. જો તમે એક પણ તાર કોઇપણ જગાએથી કાપી નાંખોતો શરીરની ટેલીગ્રાફીક સીસ્ટીમ, જેને જ્ઞાનતંતુઓનો વ્યુહ પણ કહેવામાં આવે છે, તેના દુરમાં દુરના ભાગ ઉપર પણ ઘણી જ ભારે અસર થાય છે. શસ્ત્રક્રિયાની પાછળથી જણાતી ખરાબ, નુકશાનકારક અસરોનાં ચિન્હ કાંઇ એકદમ જણાવા લાગતાં નથી. તેથી ઉલટું શસ્ત્રક્રિયા કર્યા પછી થોડોક વખત તો જાણે શરીર સુધરતું જતું હોય તેમ દેખાય છે. શરીરના કોઇ એક ભાગનું દરદ શસ્ત્રક્રિયાથી થોડા વખત માટે દૂર થવાથી દરદીને ઘણી શાંતિ મળેલી જણાય છે. કારણ કે શરીરનો તે ભાગને કાપી નાંખવાથી આખા શરીર યંત્રને જે ખોટ પડે છે તેની ખરાબ અસરો પ્રકટ થવાને કેટલોક વખત લાગે છે. પરંતુ મોડાં કે વહેલાં અગાઉનું દરદ વધારે સખ્તરૂપમાં દેખાવ દે છે. અથવા તો કેટલીકવાર નવીન જાતનો ગુંચવાડો અને પીડા ઉભી થાય છે. આવા દરદીને તો એવું જ સમજાવવામાં આવે છે કે પહેલી વખતનું ઑપરેસનતો ઘણું જ ફતેહમંદરીતે કરવામાં આવ્યુ હતું; અને હવે નવી ઉભી થયેલી પીડા ને અડચણોને અગાઉના દરદ અને ઑપરેશન સાથે કંઇ જ સંબંધ નથી, પરંતુ તે એક તદન જુદું નવું જ દરદ છે. વળી બીજી કેટલીકવાર તેને એવી ખાત્રી આપવામાં આવે છે કે પહેલી વખતનું ઑપરેશન જોઇએ તેટલું ઉંડાણમાં કરવામાં આવ્યું નહોતું, અને તેથી દરદનાં છેક ઉંડાં મૂળને ઑપરેશન પહેલીવાર પહોંચી શક્યું નથી, માટે બીજીવાર ઑપરેશન યાને શસ્ત્રક્રિયા કરવાની જરૂર છે.

અને આવી રીતે વાઢકાપનું કામ ખુશીથી આગળ વધ્યા કરેછે. શરીરમાં રહેલો વ્યાધિ વિકાર એક પછી બીજી જગાએ સોજો અને કહોવારો પેદા કર્યા કરે છે. સરજન અથવા શસ્ત્રવૈદ તેને તરત કાપીને કાઢી નાંખે છે. પરંતુ ઉપદંશનો અથવા કંઠ ગળ, કોઢ, રક્તપિત્ત વિગેરેનો ખરો રોગ તેમજ 'યુરીક' અને 'ઑકઝેલીક ઍસીડ' નામનાં ઝેરી તત્વો તથા વિષમય 'અલ્કેલૉઇડ' અને કહોવાણથી પેદા થતાં બીજાં કેટલાંક ઝેરી તત્વો શરીરના રક્તના દરેક બીંદુને વિકારી બનાવે છે. અને તેથી સરજનનું શસ્ત્ર આવાં ઝેરોને

પહોંચી શકતુ નથી. જેથી તેવા વિષને લીધે નવાં નવા ચાંદા, ગાંઠો, સોજા, ક્ષત, વિગેરે એક કાપી નાખતા બીજું આવી ઉભું રહાજ કરે છે.

પથરીઓ, કાંકરીઓ, અને બીજા પાર્થિવ પદાર્થોનો શરીરમાં થતો સંચય.

શરીરના જુદા જુદા ભાગમા પાર્થિવ પદાર્થોનો સચય, પથરીઓ અને કાકરીઓ બધાવાથી જે જુદા જુદા વ્યાધીઓ પેદા થાય છે તે વિષે હવે જરા વિચાર કરીએ. લોહીમા એસીડનો ભાગ ઘણોજ વધી જાય છે ત્યારેજ માત્ર પથરીઓ બધાવા લાગે છે. અને તેથી તેવી પથરીઓ થયેલી મટાડવા અને પુન: થતી અટકાવવાનો એકજ માર્ગ એ છે કે, લોહીમાં કુદરતી ક્ષારોનું પ્રમાણ જોઇએ તેટલુ બરાબર જાળવી રાખવું. જે એસીડોને લીધે શરીરમા પથરી કાકરી વિગેરે બધાય છે તેમના નામ —ઓક્ઝેલીક ઍસીડ, યુરીકઍસીડ, ઑક્ઝેલેટસ ઓફ લાઇમ, ફોસ્ફેટસ ઓફ લાઇમ, વિગેરે. લોહીમા જો આવા પદાર્થો ઘણાજ વધારે પ્રમાણમા ભરેલા હોય, અને તેમની ખરાબ અસર દૂર કરવા માટે રક્તમા જોઇએ તેટલા કુદરતી ક્ષારો નહોય તો પછી અનેક જાતની પીડાઓ ઉભી-થાય છે. ઉપર કહેલા ઍસીડ જુદી જુદી પ્રકૃતિના ભેદ પ્રમાણે ઠરી જઇને તેના કણ બાઝે છે, જેને પથરી અથવા અશ્મરી કહેવામાં આવે છે જો ઉપર કહેલા પદાર્થો સાધા અને સ્નાયુઓમા એકઠા થઇ ઠરે છે તો તરેહ તરેહના સધીવા અને ચસકાના તીવ્ર ચિન્હો જણાય છે, અથવા તો તેવા પદાર્થોનો રક્તની શિરાઓ અને નસોમા જો થર બાઝે છે, તો અનેક પ્રકારના હાર્ટડીઝીઝ અથવા હૃદય રોગ અને "આર્ટિરીઓ—સ્કલેરોસીસ" નામના રોગો થાય છે લોહીમાં ઉપર જણાવેલા ઍસીડ ઘણા વધારે પ્રમાણમા હોય તો મુત્રપિંડ, પિત્તાશય, અને મુત્રાશયમા પથરી બધાવાનુ શીરૂ થવાને માટે માત્ર એક ઝીણામા ઝીણો કણ પણ પુરતો છે. આવી પથરીઓ ઘણાજ મોટા કદની થઇ શકે છે, અને ઘણી પીડા કરે છે

સાધારણ રીતે એવું માનવામા આવે છે, અને તે ખરૂં હોય એવો ઉપર ટપકેથી જોનારને ખોટો ભાસ પણ થાય છે કે, પિત્તાશયની પથરીવાળા દરદીને સાજા કરવાનો એકજ ઉપાય, તે પથરીને શસ્ત્રક્રિયાથી કાપીને બહાર કાઢી નાખવાનોજ છે. લગભગ બધા સામાન્ય રોગીઓ અને વૈદકનો ધંધો કરતા વૈદ ડૉક્ટરો પથરી મટાડવાનો બીજો કોઇ વધારે ડહાપણ ભરેલો ઉપાય છે, એ વિચારનેજ એકદમ હસી કાઢે છે તેમ છતા પણ એક બહુ અગત્યની વાત હુ અત્ર જણાવવા માગુ છુ કે, ચીકાગો શહેરમા પથરીના દરદથી પીડાતા સેંકડો દરદીઓ, જેમને જુદી જુદી જાતના પથરીનાજ રોગ થયેલા છે, એવી ખાત્રીપૂર્વક ચિકિત્સા ઘણા ડૉક્ટરોએ કરેલી, અને તે મટાડવા માટે એકદમ શસ્ત્રક્રિયા કરાવવીજ જોઇયે એવો અભિપ્રાય આપેલો, તેવા સખ્યાબંધ દરદીઓને શસ્ત્રક્રિયા કર્યા વગર મે ગયા આઠ વર્ષમા સાજા કર્યા છે

ઉપર કહેલા એકપણ કેસમા જરાપણ ઑપરેશન કે વાઢકાપ કરવાની જરૂર પડી નહોતી અને તેમાનો એકપણ દરદી પથરીની અસરને લીધે મરણ પામ્યો નહોતો. અને તેમની આગલી સ્થિતિનો વિચાર કરતાં તેઓ હાલ સારી તંદુરસ્તી ભોગવે છે.

ધારો કે એક સરજને પથરી કાઢી નાંખી, પરંતુ પથરી થવાના કારણને દૂર કરવા માટે તેણે શું કર્યું? તે દરદીના લોહીમાં અગાઉના જેટલાજ એસીડ હવે પણ નથી? શું પોતાના વખત અને ધનમાંથી કિંચિત ભાગ પણ લોકોને યોગ્ય આહાર અને આરોગ્યતા નિયમ વિષે જ્ઞાન આપવામાં તે વાપરે છે? શસ્ત્રક્રિયા કરવાથી અને બેભાન કરનાર દવાઓના ઉપયોગથી શરીર ઘણુંજ નબળું પડી જાય છે. અને તેના પરિણામે રોગના ભવિષ્યના હુમલાની સામે ટકી રહેવાની શક્તિ ઘણીજ ઓછી થઇ જાય છે. લોહીમાં એસીડોનું પ્રમાણ અગાઉના જેટલુંજ વધારે રહેવાથી, અગાઉના જેવાંજ અથવા નવી જાતનાં દરદો પેદા થાય છે. વખત જતાં, નવી પથરીઓ બંધાય છે, અથવા તો લોહી અને સ્નાયુઓમાં ઍસીડના વધારે પ્રમાણને લીધે કોઇ નવીજ જાતના રોગ દેખાવા લાગે છે.

સરજરી એ બહુજ તિવ્ર અને વર્ષો સુધી લંબાતાં દરદોનું કારણ છે.

ઘણુા દાખલામાં ઑપરેશન કર્યા પછી નવા અને વધારે ગંભીર જાતનાં દરદો થાય છે. શરીરની અંદરના અવયવોમાં કચરો ઠરવાથી અને તે ભાગ સંકોચાવાથી તે અવયવો પોતાનું કામ બરાબર રીતે બજાવી શકતા નથી ઑપરેશન કર્યા પછી બારિક નળીઓનાં મુખ બંધ થઈ જાય છે, અને તેથી તેમની મારફત પિત્ત અથવા મુત્ર પસાર થઇ શકતું નથી; જેથી તે પદાર્થો પાછા ફરીથી લોહીમાં ભળે છે. મુત્રાશ્મરિ અથવા પિત્તાશ્મરિ માટે ઑપરેશન કરવાથી પરિણામે જે અનેક જાતની પીડા પેદા થાય છે, તે દવાથી કે કુદરતી ઉપાયો વડે પણ મટતી નથી. અને તે વેદના અસહ્ય અને દયા ઉપજાવે તેવી હોય છે. મારી પાસે આવેલી એક દરદી સ્ત્રી ઉપર પિત્તાશ્મરિ અથવા પિત્તાશયની પથરી માટે ત્રણ વખત અગાઉ ઑપરેશન કરવામાં આવ્યું હતું; કારણ કે પહેલીવારના ઑપરેશન પછી જે જે નવાં દરદ પેદા થયાં તે તે માટે ફરી ઑપરેશનો કરવાની જરૂર પડી હતી; આ ઑપરેશન કરનાર સરજનો હુશીઆરમાં હુશીઆર હતા. ગયાં દસ વરસથી આજ પર્યંત તે બીચારી બહુજ સખ્ત વેદના ભોગવે છે, અને તેની જાગ્રત અવસ્થાની એક ક્ષણ પણ સખ્ત વેદના ભોગવ્યા સિવાય જતી નથી.

ઘણા ખરા દાખલામાં તો સાધારણ તેમજ શસ્ત્રવિદ્યાની દૃષ્ટિએ જોતાં પણ તદન નકામું ઘણું ખર્ચ, જોખમ અને દુઃખ વહાડ કાપને લીધે વહોરી લેવામાં આવે છે. કારણકે એવા ઘણા દાખલામાં ઑપરેશન કરી જોતાં સમૂળગી પથરી જડતી નથી. જ્યારે પિત્તાશયને કાપીને ખોલવામાં આવે છે ત્યારે સરજનને માલૂમ પડે છે કે તેમાં પથરીને બદલે માત્ર એક ડામર જેવા બહુ ચિકણા પદાર્થથી તે ભરેલું હોય છે. તે ચીકણો પદાર્થ ઝીણી ઝીણી નળીઓનાં મુખ બંધ કરી દે છે, તેથી પિત્ત તેમાં થઇને પસાર થઇ શકતું નથી. આવો ડામર જેવો ચીકણો પદાર્થ આગળ જણાવી ગયેલા એસીડોના ઠરી જવાથી બને છે ઝીણી ઝીણી રક્તવાહીનીઓમાં ભરાતા યુરીક ઍસીડના ચીકણા પદાર્થને તે મળતો આવે છે જો પિત્તાશયમાં સરજનને આવા ચીકણા પદાર્થો અથવા "કોલ્લૉઇડ–અૅક્રીશન્સ" માલૂમ પડે છે તો તે પિત્તાપયને કાપીને થોડા અઠવાડીયાં સુધી ખુલ્લુ રાખી, પેલો ચીકણો પદાર્થ બધો નિકળી જાય ત્યાં સુધી દરરોજ સાફ કર્યા કરે છે પરંતુ રોગજનક એવા ચીકણા પદાર્થો ફરીથી તે જગાએ એકઠા ન થાય તેને માટે સરજન શું કરે છે? અર્થાત તે કંઇજ કરી શકતો નથી.

પથરી થવાનાં કારણ અને તેના ઉપાય.

આગળ કહેવામાં આવ્યું છે તેમ, શરીરના જુદા જુદા ભાગમાં પથરી બંધાવાનાં કારણ કોઇપણ જાતના પદાર્થના એક બારિક કણુની આસપાસ એસીડવાળા પદાર્થો ઠરીને બાઝવા તે છે. આવી રોગી ક્રિયા ત્યારેજ ચાલી શકે છે કે જ્યારે લોહીમા એસીડોનું હદ કરતાં વધારે પ્રમાણ-લાબો વખત ચાલુ રહે છે. અને લોહીની આવી સ્થિતિ થવાનું કારણ વળી અયોગ્ય પ્રકારનાં ખાનપાન છે. દાખલા તરિકે દારૂના અતિશય ઉપયોગથી, અથવા તો શરીરમાં કુદરતી ક્ષારોને પેદા કરનાર અવયવો અને પડ નબળાં પડી જવાથી પણ આવુંજ પરિણામ આવે છે. ઍસીડ અને ક્ષારની પરસ્પર અસર ઉપરજ શરીરની સર્વ ક્રિયાનો આધાર રહેલો છે. આ રાસાયણિક પદાર્થો શરીરમાં હોવાથીજ પાચન ક્રિયા, અંગ વૃદ્ધિની ક્રિયા, અને મલોત્સર્ગક ક્રિયા, તથા વિદ્યુત તેમજ ચુંબક શક્તિને શરીરમાં ઉત્પન્ન કરવાની ક્રિયા પણ થઇ શકે છે. શરીરના જુદા જુદા ભાગ, અણુઓ, અને શક્તિઓનું કામ બરાબર વ્યવસ્થિત રીતે ચાલ્યા કરે તે માટે શરીરમાં ઍસીડ અને ઍલ્કેલી અથવા ક્ષારોનું પરસ્પર સમતોલપણું જળવાઇ રહેવાની અનિવાર્ય અગત્ય છે. જો ઍસીડો અથવા ક્ષારોમાંથી એકાદનું પ્રમાણ જોઇએ તે કરતાં વધારે યા ઓછું હોય છે તો સમતોલપણાનો નાશ થવાથી વ્યાધિનાં અસ્વાભાવિક ચિન્હો પરિણામે પેદા થાય છે.

એકંદર રીતે જોતાં ઍસીડોની અસર સંકોચન અને તંગ કરવાની હોય છે. ક્ષારો અથવા ઍલ્કેલીથી વિસ્તૃત અથવા શિથિલ કરવાની અસર થાય છે. શરીરમાં રહેલા ઍસીડ ઘણું કરી લોહીમાં મળેલાજ રહે છે. અને તેમાના ઘણાએક જુદા જુદા ક્ષારતત્વોને લીધે, અને ખાસ કરીને સોડીયમ ખારને લીધે ગુણ વગરના થઇ જાય છે. આ પ્રમાણે જુદી જુદી જાતના ઍસીડ અને ઍલ્કેલીની પરસ્પર રાસાયણિક ક્રિયાથી કેટલાક નવા ' ન્યુટ્રલ ' અથવા નિરૂપયોગી ક્ષારો બને છે જે મલોત્સર્ગક અવયવો અને ખાસ કરીને મુત્રપિન્ડ અને ચામડીની મારફત તુરત નીકળી જાય છે. પરંતુ જો શરીરમાં ઍસીડો ઘણા મોટા પ્રમાણમાં પેદા થાય અને ક્ષારતત્વોનું પ્રમાણ બહુ ઓછું રહે તો તે વધારાના ઍસીડ લોહી અને સ્નાયુઓમાં એકત્ર થઇ અનેક જાતનાં દુઃખદ દરદોને ઉત્પન્ન કરે છે.

આપણે આગળ જોઇ ગયા છીયે કે યુરીક ઍસીડમાથી એક જાતનો ચીકણો ઘટ્ટ પદાર્થ બને છે, કે જેનાથી અતિ બારિક કેશ જેવી શિરાઓમાં રક્તનું ફરવું અટકી પડે છે, અને તેથી શરીરમાં એક જાતનો નુકશાનકારક વિકાર પેદા થાય છે, જેને ઇંગ્રેજીમાં "કોલીમીક યુરીક ઍસીડ પૉઇઝનીંગ" (Coleamic uric acid poisoning.) કહે છે. વળી સાધા અને સ્નાયુઓમાં તે ઠરીને તેના કણ બાઝવાથી જુદી જુદી જાતના સંધીવા અને ચરકાનાં દરદ કેવી રીતે પેદા થાય છે, તે પણ આપણે આગળ જોઇ ગયા છીએ. તેમજ આવા ઍસીડ ઠરવાથી કેટલીક જાતના પાર્થિવ પદાર્થોના થર રક્તવાહિનિઓની અંદરની બાજુએ બાઝે છે, કે જેથી તેવી નસો બરડ થઇ જાય છે. અને તેમની અંદરનાં છિદ્ર ઘણાં નહાનાં થઇ જાય છે. આવીજ રીતે વળી ઑક્ઝૅલીક અને બીજા ઍસીડોને લીધે પણ કાંકરી, પથરી, અને ઉપર વર્ણન કરેલા ચીકણા ઢામર જેવા પદાર્થો મુત્રપિન્ડ, પિત્તાશય, અને મુત્રાશયમાં એકઠા થાય છે. જેમ જેમ આવા પાર્થીવ સંચયનું પ્રમાણ વધારે

હોય છે તેમ તેમ તે કારણથી ઉત્પન્ન થતાં પીડા, સોજો, અને ચસકા વધારે સખ્ત હોય છે. અને તે તે રોગી બનેલા અવયવની ક્રિયામાં વધારે વધારે અડચણ નડે છે.

ઉપર પ્રમાણે કરવામાં આવેલા વર્ણન ઉપરથી એજ સાબીત થાય એ છે કે આવી જાતના વ્યાધિઓને અટકાવવા, તેમજ હમેશને માટે મટાડવાનો એકજ ઉપાય એ છે કે લોહીમાં ઍસીડોનું પ્રમાણ બહુ વધી જતું અટકાવવું, અને ઍલ્કેલી જેવા કુદરતી ક્ષારોનું પ્રમાણ જોઇએ તેટલું રાખવું. લોહીમાં ઍસીડનું પ્રમાણ વધારે હોવાથી આની પથરીઓ વિગેરે બંધાય છે, એ વાત જેટલી નક્કી છે તેટલીજ, લોહીમાં અલ્કેલાઇન તત્વોનું પ્રમાણ પુરતું રહેવાથી બંધાયલી પથરીઓ વિગેરે ગળી જાય છે તે વાત પણ નક્કીજ છે. જો કે પથરીઓને પુરેપુરી ઓગાળી નાંખવાનું કામ ઘણીવાર બહુ ધીમે ધીમે થાય છે, તોપણ જ્યારે લોહી તેની કુદરતી હાલતમાં આવી જાય છે, અને મલોત્સર્ગક અવયવો છુટથી અને સહેલાઇથી પોતાનું કામ કરવા લાગે છે, ત્યારે તરતજ આવાં દરદનાં સખ્ત ચિન્હો એકદમ જતાં રહે છે. અને દરદીને ઘણોજ આરામ થાય છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો પથરીઓ પુરેપુરી ઓગળી જાય તે પહેલાં ઘણા વખત અગાઉ દરદીને સખ્તમાં સખ્ત વેદનામાંથી આરામ આપી શકાય છે. આવા દરદીના મુત્રને થોડો વખત ઠરવા દીધાથી તેની નીચે બારિક રેતી જેવો પદાર્થ જોવામાં આવે છે, તે ઉપરથી સ્પષ્ટ રીતે સાબીત થાય છે કે તેમની પથરીઓ ઓગળવા લાગી છે.

અમે ફરીથી એકવાર કહીએ છીએ કે પથરીના દરદથી પિડાતા જે જે અસંખ્ય દરદીઓ મારી પાસે આવ્યા છે, તેમાંથી એકકેના ઉપર શસ્ત્રક્રિયા કરવાની અમને જરૂર પડી નથી. ઘણાખરા દાખલામાં માત્ર ચાર માસ સુધી કુદરતી નિયમોનું પાલન કરી કુદરતી ઉપચારોનો ઉપયોગ કરવાથીજ રોગનાં સર્વ ચિન્હો તદ્દન નાશ પામી તેઓ હમેશને માટે સાજા થઈ ગયા છે. ઘણાએક દરદીઓને તો ખરી રીતે પથરીઓ થએલીજ નહોતી, પરંતુ બીજા ડૉકટરોએ તેમને ભડકાવી માર્યા હતા. આવા દરદીઓને તપાસી જોતાં અમને જણાયું કે તેમને પથરીઓને બદલે ઉપર કહેલો ચીકણો ઘટ્ટ પદાર્થ એકઠો થવાથી દરદ થયું હતું. બીજા જે દરદીઓને ખરેખર પથરીઓ થઇજ હતી તેઓને પથરી હોવાની લાગણી ઘણા મહીના સુધી, અને થોડાક જણને તો કેટલાંક વર્ષ સુધી થયાં કરી હતી. આવી પથરીઓને લીધે દરદીઓને થોડી ઘણી પીડા દરદવાળાં અવયવોમાં વખતે વખતે થતી હતી, પરંતુ જ્યાં સુધી શરીરનું સામાન્ય આરોગ્ય બરાબર જળવાઇ રહેતું ત્યાં સુધી તેમને કદીપણ બહુ સખ્ત વેદના થતી નહિ; અને તેથી તેઓ તે સહેલાઇથી સહન કરી શકતા. આ રીતે રોગો મટાડવાથી દરદ હમેશ અને આયુને માટે મટી જાય છે, અને રોગ થવાનાં ખરાં અને મૂળ કારણોને કુદરતી ઉપચાર દૂર કરે છે. પરંતુ એથી ઉલટું જોખમકારક શસ્ત્રક્રિયા અથવા સરજીકલ ઑપરેશનથી માત્ર રોગનાં બહારનાં ચિન્હો થોડા વખત માટેજ દૂર થાય છે. પરંતુ જડમાંથી રોગ જતોજ નથી.

संगीतनी आरोग्यपर थती असर.

——(·o)——

(લેખક. ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ, બ. એમ. બ, એન. ડી)

"Music is a moral law. It gives a soul to the universe, wings to the mind, flight to the imagination, a charm to sadness, gaiety and life to everything. It is the essence of order, adds to all that is good, just, and beautiful'

—Plato.

અર્થ — "સગીત એક નૈતિક નિયમ છે જગતને તે ચૈતન્યમય બનાવે છે, મનને પાંખો આપે છે, તર્ક અને કલ્પનાને વેગ અર્પે છે, શોકને સ્થાને આનંદ પ્રકટાવે છે, અને સર્વમા જીવન અને પ્રસન્નતા પ્રેરે છે વ્યવસ્થાનુ તે સારતત્વ છે, અને સર્વમા શુભ, ન્યાય અને સૌંદર્યની તે વૃદ્ધિ કરે છે'—પ્લેટો.

" नादाब्धेस्तु परंपारं न जानाति सरस्वती
अद्यापि मज्जन भया तुंबींवहतिवक्षसि ।"

અર્થ —"નાદાબ્ધિનો અથવા નાદ રૂપી મહાસાગરનો પાર સાક્ષાત સરસ્વતી પણ પામી શકતા નથી, અને તેથી તે પણ ડુબી જવાના ભયથી છાતીપાસે તુંબડું (તુંબડાની બનાવેલી વીણા) રાખીને નિરતર ફરે છે"

"The meaning of song goes deep Who is there that, in logical words, can express the effect music has on us? A kind inarticulate, unfathomable speech, which leads us to the edge of the Infinite, and lets us for moments gaze into that'

—Carlyle

અર્થ —"ગાયનોનો ભાવાર્થ ઉંડી અસર કરે છે સંગીતની આપણા ઉપર જે અસર થાય છે, તે સબદ્ધ શબ્દોમા કોણ બરાબર રીતે વર્ણવી શકવા સમર્થ છે? સગીત એ એક પ્રેમપૂર્ણ, અવર્ણનીય, અગાધ વાણી છે, જે આપણને પરબ્રહ્મના અનત પ્રદેશની સિમા ઉપર જ દોરી જઇ ઘડીભર તેનું દર્શન કરાવે છે." કાર્લાઇલ.

गीतज्ञो यदि गीतेन न प्राप्नोति परं पदं।
रुद्रस्यानुचरो भूत्वा तेनैव सह मोदते ॥"

અર્થ —"સગીતને જાણનાર કદાચ પરમપદને પામતો નથી તો તે રૂદ્ર ભગવાનનો અનુચર થઇને તેમની સાથે સુખમા રહે છે"

સંગીત એક અપૂર્વ કળા છે. તેનો મહીમા, લાવણ્ય, અને અનુપમ રસ મનુષ્ય જાત અનાદિ કાળથી ન્યુનાધિક અંશે અનુભવતી અને વર્ણવતી આવી છે. એટલું જ નહિ પણ કુશળ સંગીત શાસ્ત્રીઓના સુરથી પશુ પક્ષિ અને જડ જેવાં ગણાતાં પહાડ, કરાડ, વન અને નદિઓ વિગેરે પણ ડોલાયમાન થયાની વાત અનેક ગ્રંથોમાં વાંચવામાં આવે છે. સંગીતથી વનનાં પક્ષિઓ આકર્ષાઇ આવી ગાનાર કે વગાડનારની આગળ એકઠાં થાય છે. મધુર સંગીતનો મોહક સ્વર શ્રવણે પડતાં વનનાં બીકણ મૃગો ભયને દુરકરી સંગીતકારની સમક્ષ સ્તબ્ધ થઇ ઉભાં રહેછે. વિકાળ વાઘ, વરૂઓ પોતાનું હાડ વૈર વિસરી જઇ વિનીત બની જાય છે. કાળ સ્વરૂપ વિકાળ વિષધર નાગ પણ સંગીતની પ્રબલ ઇંદ્રજાલથી કેવલ વિવશ બની અંતે સુરના સખ્ત ધેનથી આમતેમ ઝોકાં ખાય છે. સિંહ ગર્જના જેવો પ્રચંડનાદ કરી વેગભેર વહેતી કાલિન્દીની કે શ્યામ યમુના નદિનું અગાધ જળ **શ્રીકૃષ્ણચંદ્ર**ની વેણુના અતિ મોહક અને મૃદુ સ્વરથી સ્થિર અનેક વાર થઇ જતું એમ શાસ્ત્રો શાખ પુરે છે. આપણા ગુજરાતી આદ્યકવી, નાગર ભક્તરાજ શ્રી **નરસિંહ** મહેતાએ મલ્હાર રાગ ગાઈ તત્કાળ મેઘ વૃષ્ટિ કરાવી હતી* અકબર બાદશાહની દરબારમાં **તાનસેન** નામના ગવાઇઆને દિપક રાગ ગાવાની આજ્ઞા કરવામાં આવી, ત્યારે તેણે અતિ નમ્રતા પૂર્વક બાદશાહને વિનંતી કરી; કે તે રાગ હું માત્ર યમુનાના શિતળ જળમાં પેસીને જ ગાઉં છું; છતાં તેનાથી હવામાં એવાંતો ઉગ્ર મોજાં ઉત્પન થાય છે કે મારી આસપાસનું યમુના નદિનું જળ પણ અતિ ઉષ્ણ કે ગરમ થઇ જાય છે. છતાં જ્યારે બાદશાહે તે રાગ ગાવાનો આગ્રહ કર્યો, ત્યારે તાનસેને કહ્યું મારી પુત્રી ગ્વાલીયર ગયેલી છે તેને મલ્હાર રાગ બરાબર ગાતાં આવડે છે, અને તે રાગથી એવી તો થંડક પેદા થાય છે કે જેથી મારા દિપક રાગથી થયેલી ઉષ્ણતાનું નિવારણ થઇ જાય છે. માટે તે મારી પુત્રીને અત્ર આવવા દો, પછી હું આપની ઇચ્છા પૂર્ણ કરીશ. છતાં રાજહઠને વળગી રહી અકબર બાદશાહે જ્યારે સખ્ત હુકમ કરી દિપક રાગ ગાવા ફરમાવ્યું ત્યારે સંગીતના ઉત્સાહ તાનસેને દિપક રાગ ગાવા માંડયો. જેમ જેમ ગાનનો છાયા પ્રસરવા લાગી, અને હવામાં ધ્રુજરીઓ અથવા અન્દોલનો વધવા લાગ્યાં તેમ તેમ તાનસેનના શરીરમાં અગ્નિનો દાહ વધવા લાગ્યો અને છેવટે તેના શરીરમાંથી અગ્નિની જ્વાળા નીકળી, તેજ ક્ષણે દરબારમાંના સર્વ દિપક આપો આપ પ્રગટાઇ જઇ સળગી ઉઠયા. દુર્ભાગ્યે તાનસેનના શરીરમાં પ્રગટેલી ઉષ્ણતા શમે તેટલી સારી રીતે મલ્હાર રાગ ગાનાર તેની પ્રિય પુત્રી ત્યાં હાજર નહિ હોવાથી અંતે આ રત્નરૂપ ગવઇયાનું મૃત્યુ નિપજ્યું. એવું કહેવાય છે કે આ માઠા સમાચારની ખબર તાનસેનની પુત્રીને ગ્વાલીઅરમાં મળતાં તે દિલ્લી આવી અને ત્યાં આવી મલ્હાર રાગ ગાવા માંડયો તેથી સાત દિવસ સુધી દિલીમાં ભારે વર્ષાદ વરસ્યો, અને શહેરને તેથી મહા નુક-

* સંગીતથી વર્ષાદ આવે અને એવા જ બીજા ચમત્કાર બને એમ આપણાં આર્ય શાસ્ત્રો કહે છે તે હાલના ઇંગ્રેજી કેળવણી લીધેલા અર્ધદગ્ધ યુવાનો માનતા નથી. પરંતુ યુરોપ અમેરીકામાં તોપો ફોડી વર્ષાદ જ્યારે વરસાવવાના ઘણા પ્રયોગ સફળ નિવડ્યા છે, ત્યારે તોપની માફક સંગીતથી સાયન્ટીફીક રીતે વાયુસ્પંદન કે આંદોલનો પ્રગટાવવાથી પણ તેવું જ પરિણામ આવે તેમાં શું આશ્ચર્ય ?

શાન થવાની તૈયારી થઇ, ત્યારે બાદશાહે તાનસેનની પુત્રીને પોતાનું અદ્દભૂત ગાન બંધ રાખવાની કૃપા કરવા બહુ નમ્રતા પૂર્વક વિનતી કરી, ત્યારે તે શાંત પડી પછી પોતાના પિતાનું મડદું તેણે ગ્વાલીયર લેઇ જઇ દાટયું જેની કબર આગળ હજુ પણ વર્ષમાં એક દિવસ ગવાઇઆઓ એકઠા મળી ગાનતાન કરે છે તાનસેનના મૃત્યુ સાથે મનુષ્ય જાતે દિપક રાગ પણ ગુમાવ્યો

સંગીતના પ્રભાવ અને મહત્તા આવા છે સંગીત એ કળા અને શાસ્ત્ર બન્ને છે. સંગીત મનુષ્યની સાથેજ જન્મ પામેલું હોય એમ જણાય છે. દરેક ભાષાના મૂળ પુસ્તકો પદ્ય કે કાવ્યમાંજ રચાયલાં હોય છે સંગીત એ શ્રમ નિવારવાનું અને નિર્દોષ આનંદ પ્રાપ્ત કરવાનું સહેલું અને સોંઘું સાધન છે સ્ત્રીઓ દળતી, ખાંડતી, કે કામ કરતી વખતે ગાય છે તો તેમને કામ કરવામાં શ્રમ લાગતો નથી, પરંતુ ઉલટો આનંદ પડે છે મોટા વજનના પથ્થર કે પાટડા ઉંચે ચઢાવતી વખતે મજુરો એક પ્રકારનું સાદું પણ તાલબંધ ગીત ગાય છે તેથી સર્વ એકી વખતે સાથે બળ કરી જેટલું કામ કરી શકે છે, તેટલું ગાયા વગર તેઓ કરી શકતા નથી. મુસાફરો ચાલતા ચાલતા, અને ખેડુતો ખેતી કરતી વખતે ખેતરોમાં કોઇ વિચિત્ર મિશ્રરાગવાળાં ગીત ઉચ્ચ સ્વરે લલકારે છે, અને તેથી તેઓ પોતાનું કામ વધારે ઝડપ અને આનંદથી કરી શકે છે. ઘાણી ફેરવનાર ઘાંચીઓ પણ આખો વખત લાંબા સાદે રાગડા તાણ્યા કરે છે, તેથી તેમને પોતાના કામ ઉપર કંટાળો આવતો નથી માતા પણ જ્યારે હાલરડું ગાય છે ત્યારે બાળક શાન્તિથી સુખમાં નિરાતે જલદીથી ઉંઘી જાય છે જાણે કે અજાણે સર્વ કોઇ સંગીતના સુખનો સ્વાદ ચાખવા સ્વાભાવિક રીતે પ્રેરાય છે

સંગીત કળા કે વિદ્યા વિષે શાસ્ત્રીય ચર્ચા કરવાનું આ સ્થાન પણ નથી, અને તેવી યોગ્યતા લેખકનામાં છે પણ નહિ આ ટુંક લેખમાં તો સંગીતની મનુષ્યોના મન અને શરીરપર શી અસર થાય છે તે સંક્ષીપ્તમાં જણાવવાનોજ ઉદ્દેશ છે

જગતમાં Vibration એટલે આન્દોલન-સ્પંદન-ધ્રુજરીઓ-મોજા, Harmony એટલે મેળ-ઐક્ય-સૂરમેળાપ-એકતાલ-અનુરાગ, એ બે પ્રબળ શક્તિઓનો નિયમ અને સત્તા સર્વ સ્થળે સરખી રીતે પ્રસરી રહેલા જણાય છે સમગ્ર દૃષ્ય જગતનું અંતિમ પૃથક્કરણ કરવામાં આવે, તો છેવટે પદાર્થ અને આન્દોલન એ બેજ ચીજ રહે શક્તિ અથવા ઇંગ્રેજીમાં જેને " એનરજી " અને " ફોર્સ " કહેવામાં આવે છે, તે પણ આન્દોલન રૂપેજ હમેશાં પ્રકટ થાય છે જગતમાં જણાતી વિવિધ પ્રકારની સર્વ શક્તિઓમાંની દરેકે દરેક કાંતો પદાર્થના પરમાણુઓમાં કે હવામાં અથવા 'ઇથર' નામના આકાશતત્વમાં આન્દોલન પ્રગટાવે છે આન્દોલન ઉપરજ જગતમાં બનતી સર્વ ક્રિયાનો આધાર રહેલો છે જ્યારે અને જ્યાં સુધી એક ચીજની અંદર ચાલતા આન્દોલનોમાં Harmony અથવા ઐક્ય અને અનુરાગ યા મેળ હોય છે ત્યાં સુધી તે વસ્તુનું અસ્તીત્વ દૃઢ રહે છે, પરંતુ જ્યારે આ મેળ કે ઐક્ય તુટે છે ત્યારે તેનો નાશ થવા માંડે છે અમુક પદાર્થ કે વ્યક્તિમાં ચાલતા આન્દોલનોમાં સંગીતવડે બહુ સહેલાઇથી વધારો યા સારો ખોટો ફેરફાર કરી શકાય છે. વળી હાલની સાયન્સને એ જાણીતી વાત છે કે અમુક એક સ્થૂળ પદાર્થના પરમાણુઓના આન્દોલન હદપાર વધારવાથી તે પરમાણુઓમાં એટલો તો બધો વેગ આવી જાય છે કે તેઓ એક બીજાથી જુદા પડી જાય છે દાખલા તરીકે બરફને જ્યારે અગ્નિનો તાપ લગા-

ડવામાં આવે છે ત્યારે પણ શું બને છે ? પ્રખ્યાત પ્રોફેસર ટીન્ડૉલે પ્રથમ સાબીત કર્યું અને પછી હાલના સર્વે સાયન્ટીસ્ટોએ તે કબુલ રાખ્યું છે કે "Heas is a mode f motion in the particles of matter." અર્થાત્ "ઉષ્ણતા અથવા ગરમી મે પદાર્થનાં પરમાણુઓમાં આવેલી એક પ્રકારની ગતિ છે." અને આવી ગતિનેજ માન્દોલન કહેવામાં આવે છે. હવે જ્યારે, દાખલા તરીકે, બરફને અગ્નિનો સંબંધ કરાવામાં આવે છે, ત્યારે બરફનાં પરમાણુઓનાં આન્દોલન વધવા માંડે છે, અને તે સાથે નાં અણુઓ વચ્ચેનું પરસ્પર આકર્ષણ ઓછું થવાથી, તેનું ઘટ્ટ રૂપ બદલાઇને તે પ્રવાહી પ ધારણ કરે છે, જેને આપણે પાણી એવું નામ આપીએ છીએ. આવા પ્રવાહીને પણ મે આપણે અગ્નિનો તાપ લગાડયા કરીએ તો તેનાં અણુઓનાં આન્દોલન વધતાંજ જાય છે, અને અણુઓ વચ્ચેનું પરસ્પર આકર્ષણ પણ ઘટતુંજ જાય છે, અને અંતે એકસો ોથી સેન્ટીગ્રેડ જેટલી ગરમીએ પાણીનાં પરમાણુઓ અથવા "મોલેક્યુલ્સ"નું પરસ્પર માકર્ષણ કેવળ નાશ પામે છે. અને તે સાથે તેમનાં આન્દોલન વધી જવાથી પાણી પાણીરૂપે રહી શકતું નથી; પરંતુ તેનાં પરમાણુઓ છુટાં પડી જઇ વરાળરૂપે ઉડી જઇ અદૃશ્ય થઇ જાય છે. પાણી મનુષ્યો દરરોજ ઉકાળે છે છતાં આન્દોલનોનો આવો અદ્ભુત ભાવ થોડાજ જણ સમજી શકે છે. આન્દોલન વધારવાની કળા બરાબર સમજીને તેનો બુદ્ધિપૂર્વક ઉપયોગ કરવાથી અનેક ચમત્કારો બને છે જેનો માત્ર એક ટુંક દાખલો અત્ર તરવાની રજા લેઉં છું. અમેરિકાના ન્યુર્યોકમાં પ્રગટ થતા એક "હેલ્થ" નામના સિદ્ધ માસિક પત્રના એપ્રીલ સન ૧૯૦૭ના અંકમાં નીચેની બીના પ્રગટ થઇ હતીઃ–

"It is scarcely credible, but it is a fact, that a glass can e broken by the voice. If you strike a thin wineglass while ou hold it by the stem it will emit a certain note, in most ases a pretty deep one. On bringing the glass rapidly to our mouth, and shouting into it the same note as loudly as ossible, the vibrations of the glass being, thereby extended, t will he shivered into fragments. This used to be a favouite experiment of Lablache, the renowned singer, who would hus break, one after the other, as many glaseses as were anded to him."

ભાવાર્થ: "જો કે ભાગ્યેજ માની શકાય તેમ છે, છતાં તે સત્યવાત છે કે, અવાજ અથવા સુરથી એક કાચનો પ્યાલો ભાગી શકાય છે. પડધી આગળથી એક પાતળા ાચના વાઇન ગ્લાસને પકડીને જો તમે તેને ધીમેથી એક ટકોરા મારો, તો તેથી એક તતનો બહુ તીણો સુર નિકળશે. પછી તરતજ તે ગ્લાસને તમારા મુખ આગળ લાવી, ના સુરને મળતાજ સુરથી તમે જો અને તેટલી મોટી ચીસ તેમાં પાડો તો, તે ગ્લાસનાં રમાણુઓનાં આન્દોલનો બહુજ વધી જવાથી તે ગ્લાસના આપો આપ ચુરેચુરા થઇ જશે. પ્રસિદ્ધ ગવૈયા લાબ્લેચીનો આ એક બહુજ માનીતો પ્રયોગ હતો, અને તેને જેટલા ાાસ આપવામાં આવતા તે દરેકને એક પછી એક તે આ પ્રમાણે ભાગી નાંખતો."

અવાજ, સુર અથવા સંગીતનાં આન્દોલનોથી આથી પણ વધારે અદ્ભૂત પ્રયોગો થતા સાંભળવામાં આવે છે. તેને કેટલા પ્રમાણમાં વજનદાર ગણવા તે અમે વાંચકોને સોંપીએ છીયે. છતાં એક બહુ નવાઇ જેવો દાખલો પ્રાતઃકાળ માસિકના પુસ્તક પાંચમાના અંક ત્રીજામાં પ્રગટ થયો હતો તે ઉપયોગી ધારી અત્ર ઉતારીએ છીએઃ—

"પૂર્વે કોલ્ડબ્રુકડેલમાં મોટા ઇંજીનીયરોની દેખરેખ તળે એક મોટો લોઢાનો પૂલ બંધાઇને તૈયાર થતો હતો. પછી વાયોલીન વગાડનાર એક ઉસ્તાદ ત્યા આવ્યો અને તેણે તે પૂલ તળે બેસીને પોતાનું વાયોલીન (સારંગી જેવું વાદ્ય) વગાડવા માંડ્યું. કેટલીક વાર પછી એમ કહેવાય છે કે તેના વાયોલીનથી ઉત્પન્ન થતાં આંદોલનોના બળથી તે પૂલ ધ્રુજવા લાગ્યો. તેથી હજી પણ કોઈ લશ્કરની ટુકડી પુલ ઉપર થઇને જાય છે ત્યારે 'મ્યુઝીક' બંધ રાખવાનો હુકમ છે."

આ પ્રમાણે જ્યારે સંગીતથી જડ પદાર્થો ઉપર પણ સબળ અસર થતી જોવામાં આવે છે, ત્યારે સચેતન અને સુક્ષ્મ લાગણીવાળા મનુષ્ય શરીર ઉપર તો તેની અદ્ભુત અસર થયા વગર રહેજ નહિ એમાં શું આશ્ચર્ય ? પક્ષિઓ, પશુઓ, જંગલનાં વિકાળ માંસાહારી જનાવરો, અને સાપ વિગેરે ઉપર તેમજ સ્ત્રી, પુરૂષ, બાળક, જુવાન કે વૃદ્ધ સર્વ ઉપર સંગીતની અસર અચૂક થાય છે, એ વાત આગળ કહેવામાં આવી છે. છતાં પણ દુનિયામાં એવું કહેનારા માણસો મળી આવે છે કે "અમને ગાવાનો કે ગાયન સાંભળવાનો બિલકૂલ શોખ નથી. એમાં શું મળવાનું છે ! આવા ધધ કરવામાં વખત ગાળવો એ મુર્ખાઈ જ છે. હલકા અને હાનીકારક ભાવાર્થવાળા, તથા અનીતિને માર્ગે દોરવાને લલચાવે તેવણ ગાયનોને માટે કદાચ તેમનાં આ વચનો સત્ય હશે. પરંતુ સંગીત માત્રને માટે જો તેઓ આવે વિચાર ધરાવતા હોય તો તો એક વિદ્વાનના શબ્દો તેમને સંભળાવવાની જરૂર છે કેઃ—

"सुभाषितेन गीतेन युवतीनां चलीलया ।
मनोयस्यन भीद्यते स योगी ह्यथवा पशुः ॥

અર્થઃ "જે મનુષ્યના મન ઉપર સુભાષણથી, સંગીતથી, અને યુવતી સ્ત્રીના હાવભાવથી અસર થતી નથી તે "મનુષ્ય નિશ્ચય યોગી પુરૂષ હોવો સંભવે છે," અથવા તો પશુ હોવો સંભવે છે." માટે જેમનુષ્યોને સંગીત પ્રિય નથી તે ખરેખર પશુજ હોવા ઘટે છે. અરે, પશુ કરતાં પણ ઉતરતી પંક્તિના છે કેમકે સર્પ જેવું ભયંકર પ્રાણી પણ સંગીત વડે વશ થાય છે, હરિણ પણ સંગીતથી વશ થઇને પોતાના પ્રિય પ્રાણ ખુવે છે, અને હાથી જેવું મહામસ્ત અને જોરાવર પ્રાણી પણ સંગીતથી દીન થઇ રહે છે. અર્થાત પશુઓને પણ સંગીત અતિ પ્રિય હોય છે.

સંગીતથી થતા લાભના સબંધમાં રા. જગન્નાથ પ્રભાશંકર પંડિતના વિચારો જાણવા જેવા હોવાથી તેનો અત્ર ઉપયોગ કરવાની રજા લેઉં છું.

" ઉત્તમ પ્રકારનો ગવૈયો તેજ હોઇ શકે છે કે જેણે પોતાના સ્વરને ઘણો કેળવેલો હોય છે, તથા શરીરે પણ જે નિરોગી અને સુદૃઢ હોય છે. ગાવામાં ગળું એકલુંજ ઉપયોગમાં આવે છે એમ નથી, પરંતુ છાતી, પેટ અને આખું શરીર ઉપયોગમાં આવે છે. (અને તેથી તે સર્વ ભાગોને કસરત મળવાથી તેઓ નિરોગ અને સુદૃઢ બને છે.)

આપણને કોઇ મનુષ્ય ગાતો હોય છે ત્યારે એમ જણાય છે કે તે માત્ર ગળા વડેજ ગાય છે, પરંતુ તેમ નથી. ગાતી વખતે તેનું આખું શરીર તે સ્વરને કાઢવામાં સહાય્ય કરે છે. તેથી ખરૂં જોતાં તો ગાનાર મનુષ્ય આખા શરીર વડેજ ગાય છે, એમ કહીએ તો ખોટું નથી. તેથી જેનું શરીર સુદૃઢ અને નિરોગી હોય છે તે ઉત્તમ પ્રકારનો સ્વર કાઢી શકે છે.

ગાનાર મનુષ્ય જ્યારે ગાય છે ત્યારે જે પ્રકારનાં આન્દોલનો બહિર પ્રદેશમાં પ્રકટે છે તેજ પ્રમાણે તેના શરીરમાં પણ તેજ પ્રકારનાં આંદોલનો પ્રકટે છે, અને તેથી તેને પણ, **જેમ શ્રોતાને લાભ થાય છે તેમ ગાનારને પણ લાભ થાય છે.**

આન્દોલનોથી રોગી મનુષ્યોના ભિન્ન ભિન્ન રોગ પણ ટાળી શકાય છે. ભિન્ન ભિન્ન રોગના ભિન્ન ભિન્ન સામર્થ્યને જાણનાર સંગીત - વિદ્યાભિજ્ઞ પુરૂષ રોગીના આગળ અનુકૂલ રાગ ગાઇને તેના રોગને અલ્પ સમયમાં નિવૃત્ત કરી શકે છે. કડુ ઔષધથી રોગીને કષ્ટ જણાય છે, તેમાંનું લેશ પણ કષ્ટ આ સંગીત રૂપી ઔષધથી થતું નથી, એટલુંજ નહિ પણ રોગી મનુષ્યને કર્ણે સંગીતનો સ્વર પડતાં તે પરમ પ્રસન્નતાને અનુભવે છે, અને સહેલાઇથી દુઃખનું વિસ્મરણ કરે છે. જેને સંગીતનું બહુ સારૂં જ્ઞાન હોતું નથી તે પણ જો રોગીના આગળ કોઇ રાગ ગાય છે, અથવા કોઇ વાદ્યંત્ર વગાડે છે, તો પણ તેને ઘણુંજ સુખ જણાય છે અને દુઃખ વિસારે પડે છે. આથી એટલું તો સ્પષ્ટ જણાય છે કે સંગીતમાં રોગને ટાળવાનું સામર્થ્ય રહેલું છે માંદાં મનુષ્યોએ અન્ય ઉપાયો [illegible] આવવાની સાથે આ ઉપાય પણ અજમાવવાની જરૂર છે. પોતાના ઘરમાં કોઇ [illegible] જાણતું હોય તો તેની પાસે, અથવા કોઇ નિકટ રહેનાર અથવા કોઇ મિત્રાદિ [illegible] આવે તો તો તેમની પાસે માંદા મનુષ્યોએ સંગીત સાંભળવું જરૂરનું છે. [illegible] તેમને અલૌકિક વિશ્રાંતિ જણાવાનો પૂર્ણ સંભવ છે. તેમાં જો ઇશ્વર વિષયક [illegible] સાંભળવામાં આવે છે તો આરોગ્યની સાથે અંતઃકરણની પણ શુદ્ધિ થા[illegible] મનુષ્ય માંદુ હોય તો તેની પાસે ઘરનાં અન્ય મનુષ્યોએ સંગીતનાં સા[illegible] હરિકીર્તન કરવું એ પેલા માંદા મનુષ્યને સાજા કરવાનો ઉત્તમોત્તમ ઉપાય [illegible] પ્યથી કોઇ દુષ્ટ વ્યાધિની પીડા સહન ન થતી હોય, તથા પીડાને લીધે નિદ્રા ન આવતી હોય, તેવે પ્રસંગે કોઇ ઝેર કે વિષવાળી દવા આપવા કરતાં તેની પાસે દવા (સંગીત) ગાવામાં આવે છે અને વિશેષે કરીને હરિકીર્તન કરવામાં આવે છે તો તે દુઃખને ભુલી જાય છે, અને નિદ્રાવશ પણ થાય છે. આ પ્રમાણે સંગીતમાં રોગને ટાળવાનું સર્વ સામર્થ્ય છતાં અનેક મનુષ્યો અજ્ઞાનથી તેની ઉપેક્ષા કરે છે, અને અર્ધ દગ્ધ વૈદ્ય કે ડૉક્ટરને ઘેર દોડી જાય છે; અને કડવાં ઓસડ પીતાં છતાં દુઃખની નિવૃત્તિને અનુભવતાં નથી !

આ આખું જગત સ્થૂલરૂપમાં જણાય છે છતાં તે અન્ય કંઇજ નથી પણ વિવિધ સૂક્ષ્મ આંદોલનોનો સમુહ છે. તે પ્રમાણે એક મનુષ્ય કે એક પ્રાણીનું શરીર પણ અમુક આંદોલનોનુંજ બનેલું છે. આ આન્દોલનો જ્યારે એક પ્રકારની સામ્યાવસ્થામાં હોય છે, ત્યારે મનુષ્યો અને પ્રાણીઓ સર્વ આરોગ્યનો અથવા સ્વસ્થતાનો અનુભવ કરે છે. અને જ્યારે તે સમસ્થિતિમાં વિષમતા થાય છે, ત્યારે રોગ અથવા અસ્વસ્થતા જણાય છે. સંગીતનાં આન્દોલનો શરીરની વિષમ સ્થિતિને દૂર કરીને પ્રકૃતિને સ્વસ્થ કરે છે.

આ સિવાય સંગીતમાં એવું સામર્થ્ય રહેલું છે કે તે ગાનાર અને સાંભળનારને અંતર્મુખ કરે છે; અને ચિત્તની બહિર ધાવન કરતી વૃત્તિઓને સ્થિર કરે છે. આમ હોવાથીજ તેમાં બાળક, વૃદ્ધ, મૂર્ખ, વિદ્વાન, રોગી, અને નિરોગી સર્વને સુખ જણાય છે. સુખ એ અન્ય કઈજ નથી પણ વૃત્તિની સ્થિરતા એ જ છે. અને આ પ્રકારની સુખજનક વૃત્તિની સ્થિરતા સંગીત વડેજ સહજ પ્રાપ્ત થાય છે, અને તેથી સુખનું તે એક અલૌકિક સાધન છે.

પશ્ચિમમાં પણ આજે અનેક મનુષ્યો સગીતવિદ્યાની સ્તુતિ કરે છે, તથા જે તેને જાણે છે, તે તેનો પ્રચાર પ્રજામાં પ્રતિદિન કરતા રહે છે. યુરોપ તથા અમેરિકામાં ગાંડા મનુષ્યોના દવાખાનામાં વાદ્યંત્ર વગાડવામાં આવે છે, અને તે વડે ગાંડા મનુષ્યોનું ગાંડપણ ટાળવાના પ્રયોગો કરવામાં આવે છે. ગાંડપણ એ કઇજ નથી પરંતુ વૃત્તિની અસ્થિરતાનોજ પરિણામ છે. તેથી પૂર્વે કહ્યું તેમ વૃત્તિઓને સ્થિર અને શાન્ત કરવામાં સંગીત જેટલી સહાય કરે છે, તેટલું બીજું એક પણ સાધન કરતું નથી આ વિદ્યાને વિશેષ ખેડવામાં આવે તો તેના પ્રયોગ વડે ગાડપણની માફક બીજા વ્યાધિઓ પણ સુખ પૂર્વક નિવારવાના સભવો આવેજ"

વ્યાધિ નિવારણ કરવામા સંગીતની ઉપયુક્તતા, તથા સંગીત દરદીને કેવીરીતે લાભદાયક અસર કરી શકે છે તે શાસ્ત્રોક્ત રીતે સમજાવી, હવે કયા કયા રોગો માટે કયા કયા ા અથવા સુરનાં આન્દોલનો માફક આવે છે તે સબધિની કોઈ અપ્રસિદ્ધ લેખકની રેતા બહુ ઉપયોગી ધારી નીચે આપવાનું દુરસ્ત ધાર્યું છે—

દુહા.

(ભૈરવ રાગના ગાવાથી)

કફ નાશક દારિદ્ર દહ, નાડી ગતિ કર સાર;
પ્રાણ વાત શોધક સદા, ભૈરવ રાગ પ્રકાશ. ૧

(રામકલી રાગણીના ગાવાથી)

કફ કૃત રજ બદબોઇને, ટાળે તે તતકાળ;
શોધે પ્રાણ પ્રવાહને, ત્રુતિવત તન ખાસ. ૨

(ગુર્જરી રાગણીના ગાવાથી)

કફ કૃત રજ ટાળે સદા, દીપ્ત કરે મન દેહ;
મિત્ર વિયોગી ખિન્નતા ઉપજાવે તતખેવ. ૩

(ભૈરવી રાગણીના ગાવાથી)

શ્લેષ્મ તથા ક્ષયરોગને, દૂર કરે તતકાળ;
અષ્ટ સિદ્ધિ આપે સદા, નવ જીવન સુખ બાસ. ૪

(ટોડી રાગણીના ગાવાથી)

કફ કૃત રજથી વાત ગૃતિ, શોણીત અટકે તન;
વધે ગતિ શોણિત સદા, જો રીઝે બહુ મન. ૫

(લાચારી ટોડી રાગણી ગાવાથી)

ટોડી ને આશાવરી, જે ફલદાયક રૂપ;
લાચારી ટોડી કરે, તેથી અધિક અનુપ. ૬

(આશાવરી રાગણીના ગાવાથી)

શોણીત શુક્ર સલીલ જો, કફથી કોપ્યા હોય;
તત્વ સહીત શોધે સદા, મન કરૂણામય હોય. ૭

(મલાર રાગના ગાવાથી)

સર્વ સુધારક ચક્રથી, અમૃત જીવન રૂપ;
બીજ રૂપ મલારથી, તન થાયે રતી રૂપ. ૮

(સોરઠ રાગના ગાવાથી)

ધાર સુધાધર ગગનથી, વરસે જીવન રૂપ;
વાધે સોરઠ રાગથી, તન તંતુ સુખરૂપ. ૯

(જેજેવંતી રાગણીના ગાવાથી)

ચક્ર સુધાધરથી ઝરે, ઉત્તમ અમૃત ધાર;
તપી તનુ શિતલ કરે, જેજેવંતી નાર. ૧૦

(સારંગ રાગના ગાવાથી)

શાન્તિ પીત પ્રકોપથી, શિર પીડા વિરમાય;
જાય પીત્તજ્વર તુર્ત જો, પ્રેમે સારંગ ગાય.

(મેઘ રાગ ગાવાથી)

વાત ઘટા ઘનની પરે, જો તન માંહી હોય;
મેઘ રાગ ગાતાં થકાં, દુઃખ ભાજે સઉ કોય. ૧૨

(શ્યામંત રાગના પ્રયોગથી)

પીત્ત કોપ પીડા થકી, સુકું થયેલ શરીર,
શ્યામંતે સુખ ઉપજે, આપે શીતલ નીર. ૧૩

(ધનાશ્રી રાગણીના ગાવાથી)

તેજ બિંદુ નેત્રો તણાં, તેજસ્વી કરનાર;
હૃદય ચક્ષુ વિસ્તરે, ધનાશરી નિરધાર. ૧૪

(ભીમપલાસી રાગણીના ગાવાથી.)

નયન તેજ વિકસીત કરે, તનુ તેજસ્વી થાય;
દીપક નાર પલાસીકા, પ્રીત કરી જો ગાય. ૧૫

(પટદીપકી રાગણી ગાવાથી)

રૂદન થકી નેત્રો બલે, ઝાંખાં થયાં અપાર;
હર્ષ થકી પટ દીપકી, ગાતાં કરે ઉજાર. ૧૬

(પટ મંજરી રાગણી ગાવાથી)

વિચાર વાયુથી કદી, શ્વેત નેત્ર જો થાય,
રક્ત કરે પટમંજરી, પ્રીત કરી જો ગાય. ૧૭

(શ્રી રાગના પ્રયેાગથી,)

ક્રોધે સુકે દેહ શુભ, તનુ તનના જેહ;
નવ પલ્લવ થાશે સહી, શ્રીથી નિ સદેહ ૧૮

(પૂર્વી રાગણી ગાવાથી)

શ્રમ સંકુચિત ચિત્તને, વિકસીત કરે જરૂર;
ગાન ગાય પ્રીતે કરી, પૂર્વિ મન ભરપુર. ૧૯

(ગૈારી રાગણી ગાવાથી)

અનેક કારણથી ભલે, કઠોર છાતી હેાય;
નમ્ર થશે ગૈારી થકી, કરૂણામય હરકેાય. ૨૦

(ટંકરાગના પ્રયેાગથી)

જો મન ક્રુરકઠોર વળી, નિર્દય વૃત્તિ હેાય;
કરૂણા તેમાં ઉપજે, ટક મનન કરી જોય. ૨૧

(ત્રિવેણી રાગણીના પ્રયેાગથી)

પાપ થકી પીડાય જો, પંચભૂત તન કેાય;
ત્રિવેણીના સ્મરણથી, પીડા સઘળી ધેાય. ૨૨

(માળવી રાગણીના પ્રયેાગથી)

વિચારના વ્યાધિ થકી, તનુ સંકુચિત થાય,
શુભ વિચાર થાશે સહી, રાગ માળવી ગાય. ૨૩

(માલકેાશ રાગણી ગાવાથી)

કફને વાત વિચારથી, છાતી દરદી હેાય,
મટશે માલવ કેાશથી, ભલે મહા ક્ષય હેાય. ૨૪

(વાઘેશ્વરી રાગણી ગાવાથી)

કફથી જો છાતી કદી, દુખે વારંવાર,
ગાન કરે વાઘેશ્વરી, વ્યાધિ જાય અપાર. ૨૫

(દરબારી કાનડાના પ્રયેાગથી)

ગરમી કફ દરદે:કરી, છાતી દુઃખે જેહ;
દરબારી ગાતાં થકાં, રહે ન દુ.ખ સદેહ. ૨૬

(સિંદ્દાના કાનડાના પ્રયેાગથી)

મન ગરમી પીડા થકી, તપીત રહે તન જેહ;
ગાય સિંદ્દાનેા પ્રીતથી શીતળ કરશે દેહ. ૨૭

(દે સાક્ષી રાગણી ગાવાથી)

અંતર ગરમી ક્રોધથી, કદી થાય કોઇવાર;
દે સાક્ષી ગાતાં થકાં, શીતલ થાય વિચાર. ૨૮

(અડાણાનો રાગ ગાવાથી.)

વાત પિત્તથી જો કદી, પીડ શિરમાં થાય;
દર્દ મટે નિજ રૂપમાં, રાગ અડાણો ગાય. ૨૯

(હિંડોલ રાગ ગાવાથી વ્યાધિ નિવારણ)

વાયુની ગ્રંથી કદી, છાતીમાં ગંઠાય,
છુટે જલદી શક નહિ, રાગ હિંડોલ ગવાય. ૩૦

(સોહીણી રાગ ગાવાથી)

કફ વાયુ કોપે કદી, નિદ્રા થકી અપાર;
ગાય સોહીણી પ્રેમથી, પામે સુખ વિસ્તાર. ૩૧

(લલીત રાગ ગાવાથી.)

દુઃસ્વપ્ને દુઃખ ઉપજે, કફ પ્રકોપ જો થાય,
લલીતાના સુભગી નથી, કફ દુખ તર્ત કપાય. ૩૨

(રાગ પંચમના પ્રયોગથી)

વાત ગતિ જો સમ વિસમ, ચલન વક્ષનમાં થાય;
દોષ નિવારે તુર્ત જો, પંચમ રાગ ગવાય. ૩૩

(વસંત રાગના પ્રયોગથી.)

વાત વિચાર થકી કદી, મન મમ લીન જો હોય;
ગીત વસંત થકી અપ્રીત, ઉજ્વલ અંકુર જોય. ૩૪

(વેલાવલ રાગ ગાવાથી.)

વાત પિત્ત કફથી કદી, વ્યાધિ તનમાં થાય;
ખસે દુઃખ સઘળાં સહી, રાગ બીલાવલ ગાય. ૩૫

(પરજ રાગથી વ્યાધિ નિવારણ)

જામેલો કફ જો કદિ, વક્ષઃસ્થલમાં હોય;
પરજ વિચારી ગાય જો, સુખ સાધે હરકોય. ૩૬

આગળ જણાવવામાં આવ્યું છે તેમ સંગીતથી ગાનારને પોતાને તેમજ સાંભળનારને બહુ લાભ થાય છે. કારણ કે સંગીતથી જે આંદોલન પ્રકટે છે તેની ગાનાર તેમજ સાંભળનાર ઉપર પ્રબળ અસર થાય છે. જુદા જુદા દરેક રાગની ચોક્કસ અસર માણસના શરીર તથા મન પર શી શી થાય છે તેનું બારિક અવલોકન કરી કોઇ વિદ્વાને સ્પષ્ટ રીતે નોંધી રાખેલું અમારા જોવામાં આવ્યું નથી. આવા સબળ પુરાવાની ગેરહાજરીમાં અમારે ઉપર લખેલા કાવ્યનો ઉતારો લેવો પડયો છે. તેમાં બહુ અપૂર્ણતા અને કેટલેક અંશે અનિશ્ચિતપણું હશે, પરંતુ તે હાલ દૂર કરવાનાં સાધન નથી. પરંતુ જેમ એકજ

રોગ માટે બે ત્રણ દવાઓ હોય છે, અર્થાત કેટલીક જાતની બધી દવાઓના એક સરખાજ ગુણ હોય છે, તેમ બે ત્રણ રાગની પણ શરીર ઉપર સમભગ એક સરખીજ અસર થતી હોય તો તેમાં અસભવ જેવું કાંઇજ નથી.

સગીતની શરીર તથા મન પર કેવી અદ્ભૂત અસર થાય છે તેના ઘણા પુરાવા આપી શકાય પરતુ હાલતો માત્ર "મેડીકલ ટાઇમ્સ" નામના પ્રસિદ્ધ ઇંગ્રેજી વૈદકીય ચોપાનીયામાં પ્રગટ થયેલો એક ટુંક ફકરો અત્ર ઉતારી આ લેખનું લબાણ થતુ અટકાવીશું.

"Perhaps the strangest use to which music can be put is to stop the flow of blood from a wound, as in the following report An army doctor noticed that when a wounded soldier was taken to within an easy hearing distance from music, hemorrhage was greatly reduced or stopped. Neither he nor others who confirmed his observations could understand how this phenomenon was brought about, but it is now believed that the music causes the patient to become faint, in which case the action of the heart is so considerably lessened that the overflow of blood is reduced."

—Medical Times.

ભાવાર્થ: કદાચ સગીતનો કોઇ બહુજ નવાઇ જેવો ઉપયોગ થઇ શકતો હોય તો તે એક ઝખમમાથી વહેતા લોહીને બધ કરવાનો છે, જે વાત નીચેના રિપોર્ટ ઉપરથી જણાય છે. એક લશ્કરી ડૉકટરના જોવામાં આવ્યું કે જ્યારે કોઇ ઝખમી થયેલા સોલ-જરને તે ગાયન વાગતું સાભળી શકે તેટલે નજીક લેઇ જવામાં આવતો ત્યારે, તેના ઝખમમાથી વહેતું લોહી કાતો બહુજ ઓછું થઇ જતુ અથવા તો તદ્દન નિકળતું બધ થઇ જતું. પેલો ડૉકટર કે બીજા જેઓ આ બનાવના ખરાપણાવિષે ખાત્રી આપતા હતા તેઓ આવું સારૂ પરિણામ શી રીતે આવતું હતું તે સમજી શક્યા નહિ, પરંતુ હવે એમ માનવામાં આવે છે કે સગીતને લીધે દવામાં જે આદોલનો ઉત્પન્ન થાય છે તેની અસરથી દરદી ગાઢનિંદ્રામાં પડી જાય છે, કે જેથી તેનું હૃદય અગાઉ કરતાં ઓછા બળથી ધબકે છે, અને તેથી શરીરની બહાર વહી જતું લોહી અટકે છે."

સ્થળ સકોચને લીધે આ લેખ આટલેથી અટકાવવાની જરૂર પડે છે. આ વિષય સબધમા કોઇ વિદ્વાન પોતાનો અનુભવ અથવા માહીતી અમને લખી મોકલશે તો ઘણા ઉપકાર સાથે તે પ્રગટ કરવાની તત્રીની ઇચ્છા છે.



खरो आनंद तथा सुख सामां छे.

લેખક: તંત્રી

ખરો આનંદ અથવા સુખ શામાં છે? એ પ્રશ્ન દરેક સ્થળે ચરચાય છે. ઘણાએક માણુસને પુછશો તો તે એકદમ જવાબ આપશે કે પૈસામાંજ સુખ છે. લગભગ દરેક માણુસ સવારથી ઊઠે છે ત્યારથી તે સુતા સુધી પૈસા કમાવા માટેજ ગડબડ કર્યા કરે છે

यस्यास्तिवितं सनरः कुलीनः
सपडितः सश्रुतिमान् गुणज्ञः
सएववक्ता, सचदर्शनीय ।
सर्वे गुणाः कांचन माश्रयंते ॥

જેની પાસે પૈસો છે તેજ નર કુલીન છે, તેજ નર પંડિત છે, અને તેજ માણુસ શ્રુતીમાંન અને ગુણવાળો છે; વક્તાપણુ તેજ છે, અને પ્રાતઃકાળમાં ઊઠી મોઢું જોવા લાયક પણુ તેજ છે. સર્વે ગુણો કાંચનમાંજ વાસ કરી રહેલા છે. વળી એક કવી કહે છે, કે,

કવીત.

પેસે બીન પિતા કહે પૂત હે કપૂત મેરો,
પેસે બીન ભાઇ કહે મેરો દુખદાઇ હૈ,
પેસે બીન કાકો કહે કુનકો ભત્રિજો લગે,
પેસે બીન સાસુ કહે કુનકો જમાઈ હે,
પેસે બીન પચનમે બેઠનેકી પત નહી,
પેસે બીન ચતરનમે ચતુરાઇ ગુમાઇ હે,
કહત કવી રોહીદાસ સુનહો સુજાન લહો,
પેસો એસી ચીજ રાધે કૃષ્નને બનાઇ હે.

પૈસામાંજ સુખ હોવા બદલની ઘણી દલીલો લોકો બતાવે છે, પરંતુ પૈસાવાળાઓ ખરૂં સુખ ભોગવે છે કે નહી, તે જો બરાબર રીતે બારીક તપાસ કરીએ તો પૈસામાં સુખ છે અગર આનંદ છે એમ કદીપણુ કહી શકાશે નહી.

વર્તમાન કાળમા એક બહુ ભયંકર ચેપી રોગ દુનિયામાં ફાટી નીકળ્યો છે, અને આ બહુ અસાધ્ય ઊડતો રોગ સંસર્ગથી દુનિયાના સર્વે સુધરેલા દેશમાં ફેલાઇ ગયો છે, આ ભયંકર વ્યાધીથી દુનિયામાં દરેક વરસે લાખો અને કરોડો માણુસના જાન જાય છે, લાખો મનુષ્યો તદન અપંગ નિર્બળ ત્થા દુઃખી થઇ જાય છે, અને પોતાનું બાકી રહેલું જીવન નિશ્વાસ ત્થા આંસુવડે વિષમ ગુજારે છે. આ વ્યાધિના પંઝામા સપડાયેલા મનુષ્યો જુવાન નહાની ઉમરમાં ઘરડા બની જાય છે. માબાપો પોતાનાં પ્રિય બાળકોને સંભાળથી ઊછેરવાની કે તેમને યોગ્ય કેળવણી આપવાની ફરજ બજાવી શકતાં નથી આ દુષ્ટ વ્યાધિના લીધે આખી પ્રજાઓ અને રાજાઓ એક બીજા જોડે લડ્યા કરે છે, આ વીગેરે અનેક જાતનો

કેર આ ભયંકર વ્યાધ દુનિયામાં વર્તાવી રહ્યો છે. છતાં અત્યંત આશ્ચર્યની વાત તો એછે કે આ વ્યાધિ વિષે એક શબ્દપણ કોઇ વૈદકના પુસ્તકમાં લખવામાં આવતો નથી અરે આ અસંખ્ય મનુષ્યોનો દર વર્ષે ભોગ લેનાર રોગનું નામ સરખું પણ એકે વૈદકના ગ્રંથમાં લખેલું દ્રષ્ટિએ પડતુ નથી. આનું કારણ શું હશે? અમનેતો એમ લાગે છે કે આ વ્યાધિ મનુષ્યોના લગભગ નવાણું ટકા જેટલો મોટા ભાગને લાગુ પડેલો છે, તેથી તેને સામાન્ય તથા સ્વાભાવિક ગણી કાઢવાની મ્હોટી ભુલ આપણા સર્વે વિદ્વાન ગણાતા ડાકટરો વૈદરાજો અને હકીમ સાહેબોએ કરી હશે. અથવાતો આ ભયંકર શત્રુનું નામસરખું લેતાં તેઓ કંપતા હશે. ગમે તેમ હો પરંતુ જો કે અમે પોતે આ વ્યાધિના પંજામાંથી બચીજવા પામ્યા નથી, છતાં પણ આ વ્યાધિનું નામ લેતાં કે તેનાં લક્ષણ ચિકિત્સા કે નિદાન વિષે લંબાણ વિવેચન કરતાં અમે પાછા હઠીશું નહી. આ વ્યાધિ વિષે આ સ્થળે કંઇ વધારે લખવું અમને ઠીક લાગતું નથી પણ પ્રસંગ આવે ઇલાયદા લેખમાં અમે તેનું વર્ણન કરવા ચુકીશું નહી. વાંચક વર્ગ આ વ્યાધીનું નામ જાણવા આતુરતા ધરાવતા હશે તો આ વ્યાધિને ઇંગ્રેજીમાં "Pecuniomania "પીકયુનીઓ મેનીયા" કહેવામાં આવે છે. એટલે પૈસા કમાવાનું ગાંડપણ એજ મોહોટો વ્યાધિ છે જ્યા વ્યાધિ છે ત્યાં સુખ હોવાનો સંભવ નથી, કારણ દુનિયામાં જેમ માણસની દ્રષ્ટિ અત્યંત સ્વરૂપવાન ચિત્તાકર્ષક સ્ત્રી ઉપર જાય છે તેમ પૈસા ઉપર પણ જાય છે અને એક માણસ બીજા માણસ પાસેની લક્ષ્મી છીનાવી લેવા હમેશ યુક્તિ પ્રપંચ અને બળ વાપર્યા કરે છે, એવી લક્ષ્મીમા સુખ કયાંથી હોય' ત્યારે મહાત્માઓ અને વૃદ્ધ પુરૂષોએ શામાં સુખ માનેલું છે ?–

પહેલું સુખતે જાતે નરા,
બીજું સુખતે ઘેરે દીકરા;
ત્રીજું સુખતે સુકૂળની નાર,
ચોથું સુખતે કોઠીમાં જાર.

એટલે પ્રથમ સુખ નિરોગ શરીરમાંજ રહેલું છે. વળી કવીરાજ રેવાશંકર પોતાના કાવ્યમાં કહે છે કે,—

(બટ પદ વૃત)

પ્રગટયો પડે રોગ ભોગ સંજોગ ન ભાવે,
દીન દીન દુખીઓ દેહ નેહ શું નિંદ ન આવે;
રાગ રંગ ને તાન માન મર્યાદ ન જાણે,
આલસ ચપળતા હીન દીન દેદાર પ્રમાણે;
સુત વિત દારા ને સદન, મોક્ષ મળે આ કાયથી;
ગયો દુખે દેહ નહીં મળે, રેવા અનેક ઉપાયથી.
દુખી થાએ દેહ મેહ મોતી પરહરીએ,
આંકી ન રાખી એક અંગને ઓષધ કરીએ;
દામ દામ ને દામ તણે આપે સુખ થાએ,
તદપી કરીએ તુર્ત દુઃખ દાવાનળ જાયે;

જામ્યા પછી જાશે નહી, પાપ પુન્ય સગપણ ઘટે;
રેવા ત્રણ તાળે જડયાં, મર્યાંતે ફરી નહીં મટે.
મળશે દારા દામ ઠામ પણ જીવે મળશે,
ટળશે દેહનો દોષ હોંસ હૈયાની ફળશે;
પૂત્ર વૈભવ પોશાક વિશ્વ વાણી ને વાડી,
મળે આપતાં મુલ ગામ રથ ગજ ને ગાડી;
ઔષધ કોટીધા કરી, શેવા શમરણ શિવથી;
રેવા નથી નીરમાણ પર, ઝાઝુ સગપણ જીવથી.

પ્રિય બંધુઓ! એવી શંકા થશે કે જો આપણી પાસે પુષ્કળ ધન હોયતો શરીરની આરોગ્યતા સાચવવાનાં સર્વ સાધન માટે ગાડીઓ, ઘોડા, ભવ્ય મકાનો, ભાત ભાતનાં ગરમ, વસ્ત્રો, અનેક જાત જાતના તીખા તમતમતા પદાર્થો જમતી વખત ઘણી જાતના પકવાનો, મીષ્ટ ભોજન, શરીરે ચોળવાને માટે અતર, તેલ, ફુલેલ અનેક જાતના સુવાસીક પુષ્પો, સુવાને માટે સવાનણ રૂની તળાઈ, બેસવાને માટે મોટા ગાદી તકીઆ, રાત્રિએ ફરવાની રોશનીમાં ઇલેકટ્રીક લાઇટ અને ફીટસન લેમ્પો, ઝાડે ફરવા જતાં પાણીનો લોટા ઝાલનાર, ઝાડે ફરીને આવ્યા પછી પગ લાંબો કરવાથી પગ ધોનાર અને નોકરો, સુતી વખતે પગ ચંપી કરનાર માણસો, ઘરમાં ફરતાં પણ પગ નીચે ન પડે માટે બીછાવેલા ગાલીચા, અને પગે પહેરવાના ચેક અને તેથી પણ સારી જાતના બુટ અને મોજા, શરીરે ધારણ કરવાનાં અનેક જાતનાં આભુષણો, દરરોજ ઘરના માણસોની તબીયત જોવા આવનાર રાજવૈદ ડાકટરો અને હકીમ સાહેબો, જરા પણ શરીર બગડતાં ભાત ભાતની પેટંટ દવાઓ, માત્રાઓ અને શરીરમાં જાગૃતિ લાવનાર અનેક જાતની સ્ટિમ્યુલેન્ટ અને ઉત્તેજક દવાઓ, કોઇ આવનાર જનાર સાથે વાત ચિત કરવાની તકલીફ ન પડે માટે સેક્રેટરી અને ઇન્ટરપ્રીટરો, શીયાલામાં તાપવા માટે ભાત ભાતની શઘડીયો, ઉન્હાલામાં તાપ ન લાગે માટે પંખાઓ અને પેટમાં ઠંડુ ગાર થાય તેવુ બરફનું પાંણી ગુલાબજલ વીગેરેથી બનાવેલું આઇસક્રીમ, રાત્રે શાંત નિંદ્રા આવવા માટે અનેક જાતના પાકો અને યાકુતિઓ અને ઉંચી જાતનાં મદ્યો, ચાહ કોફી, કોકો, કંડેન્સ્ડમીલ્ક અને અનેક જાતના ફલના ખાસ વિલાયતથી આવેલા મુરબ્બા, અથાણાં, પ્રજા વર્ગમાં વખણાય છે તેવી બત્રીસી રસોઈ અને છત્રીસાં શાક, ભજીઆં, ચટણીઓ, રાઇતાં અને ચટાકાં તથા પુરકળ ઘી દુધવાળા ખોરાક, અને તેવા ખોરાક જલદીથી પાચન થઇ જાય તેવાં અનેક જાતનાં સ્વાદિષ્ટ અથાણા ને ચૂર્ણો, બાહાર નિકલતાં સૂર્યનો જરા પણ તડકો શરીર પર ન પડે માટે માથા ઉપર છત્રી ધરનાર ખીજમતદાર શીયાલાના અને ચોમાસાના દિવસોમાં પવન લાગી શરદી ન થાય માટે ઘરનાં કમાડો બંધ કરવાથી કીડી કે પવન સંચાર કરી શકે નહી તેવાં પેટી જેવાં મકાનો, શ્રીમંતાઇને શોભારૂપ પહોર દીવસ ચઢતા સુધી નિંદ્રા લેવાનું, ઉઠયા પછી પણ ઘડીવાર પથારીમા બેશી સુરટ સિગારેટ કે બીડી પીવાનું કે પાનપટી કે તમાકુ ખાવાનું, એક કરતાં વધારે તરૂણ સ્ત્રીઓ સાથે લગ્ન કરવાનું કે વિહાર કરવાનું અને ગણિકાઓનાં નાચ અને ગાયન સાંભળવાનું, અને મોજમજા ટીપાર્ટીઓ અને ઇવનિંગ પાર્ટીઓમાં જવાનું, એરેબીયન નાઇટ્સ રેનોલ્ડ સિરીઝની બુકો કે શુક બહોતેરી અને એવાંજ

બીજાં સ્ત્રી ચરિત્ર અને શ્રૃંગારનાં કાવ્ય અને પુસ્તકો તથા નાટકો જે વાચવાથી કામ વૃત્તિ ઉત્તેજીત થાય છે તેવાં પુસ્તકો વાંચવાનું, અને વીર્ય સ્તંભન વીર્ય વર્ધક અને કામો દિપક અનેક જાતની દવાઓ, માજુમો અને યાકુતિઓ લેવાનું, દીવાનખાનામાં અને શયનગૃહમાં મેનકા ઉર્વશી અને એવીજ બીજી સ્ત્રીઓ કે જેના શરીર ઉપર પહેરેલાં વસ્ત્ર ખશી જવાથી અર્ધ નગ્ન કે પૂર્ણ નગ્ન સ્વરૂપનું આબેહુબ ભાન થતું હોય તેવાં ચિત્રો, ફોટોગ્રાફ છબીઓ, ચારે દિશા તરફ ગોઠવવાનું, ચાલુ જમાનાની ફેશન માટે સોનાની ફ્રેમથી જડેલાં શોર્ટ સાઇટનાં સફેદ રંગનાં ચસમા અગર કાળા કે લીલા કે બીજા રંગના કાચનાં ચસમા પહેરવાનું, હાથમાં ઝાલવાની ફેશનેબલ લાકડીઓ, સ્નાન કરવા માટે ખળખળતું ઉષ્ણોદક અને ભાતભાતના વિલાયતી સાબુઓ, માથાના વાળમાં ઘાલવા માટે સુવાસિત પોમેટમ અને અનેક જાતનાં અતર યા કાઢેલાં તેલો અને સેન્ટો રૂપવાન દેખાવા માટે મુખ ઉપર ચોપડવાની અનેક જાતના પૉઉડરો, દાતે ઘસવા માટેની અનેક જાતની ટુથ પાઉડર અને દંતમંજનો, દાંતે ઘસવાને હાથની આગળીને બીલકુલ તસ્દી ન પડે તેના માટેનાં ટુથ બ્રશો, જમતી વખતે કઠણ પદાર્થોને ચાલતા ઢોર કે બીજા પ્રાણી પેઠે દાંતને જરાપણ તસ્દી પડે અને ખાધેલો પદાર્થ સીધો ટપાલ ઓફીસની પેટીમાં કાગળ નાંખવાથી નાખેલો કાગળ જેમ સીધ્ધો પેટીમા જાય છે તેવી રીતે ગળામા થઇ પેટમાં જવા માટે સુલભ થાય તેટલા માટે તેવા ખોરાક સાથે લેવાના અનેક જાતના પ્રવાહી પદાર્થો, માતાને બાળકને સ્તનપાન કરાવવાની જરાપણ તસ્દી ન પડે ને શરીરની શક્તી કમી ન થાય અને તેનું યૌવન જેવું ને તેવું સચવાઇ રહેવા માટે બાળકને ધવરાવનાર ધાવ્યો કેઆયા, એ છોકરાને રાત્રિ દિવસ પાસે રાખી રમાડવાની, ઉછેરવાની, બાહાર કરવા હરવા લઇ જવાની, માબાપને બીલકુલ તસ્દી ન પડે માટે આયાઓ અને નોકર શીપાઇઓ વીગેરે ગણે પાર ન આવે તેવાં સુખના સાધનો પૈસાથી આપણે ગર્ભ શ્રીમંત હોઇએ તોજ મલી આવે. એવી એવી દલીલો ઘણાં માણસો કરેછે અને સુખ તો પૈસામાંજ છે એમ છાતી ઠોકીને કહેવાને ઉભા રહે છે. વળી "ધનવાન સર્વત્ર પૂજ્યતે" એમ પણ કહે છે. આપણે કોઇ ગર્ભશ્રીમંતને ત્યા જઇએ ત્યારે આપણી નજરે ઉપર વર્ણન કરેલાં સાધનોમાથી ઘણાખરાં કે બધા જોવામાં આવે છે, ત્યારે આપણને વિચાર આવે છે કે અહો ! આમનાં પૂર્વ જન્મના કેવાં પુન્ય હશે કે તેઓ આવાં સુખ ભોગવે છે, અને આપણને રહેવાને જોઇએ તેવું ઘર, પહેરવાને મન ગમતા લુગડાં અને ખાવાને પુરતુ અનાજ પણ મળતુ નથી. એવા વિચાર આપણને તેમના બાહારથી દેખાતાં સુખનાં સાધનો ઉપરથી આવે છે; પરંતુ "ડુંગર દુરથી રળીયામણા" એ કહેવતાનુસાર જે સાધનો બહારથી સુખરૂપ જણાય છે તે સાધનો ઇંદ્રવારણાના ફળ જેવાં બાહારથી રમણીય રંગવાલા દેખાય છે. પરંતુ તે ફળનું ભક્ષણ કરતાં માથાના વાળ ખરી પડે તેવી તેમાં કડવાશ રહેલી હોય છે, તેજ પ્રમાણે એ સુખના સાધનોમાં પણ દુઃખજ રહેલું હોય છે. પરંતુ પૂર્ણ વિચાર કર્યા શીવાય એ સુખનું પરિણામ કેવું દુઃખ રૂપ છે એ સમજાતું નથી. તેથીજ આપણને પરમકૃપાળુ પરમાત્માએ જે સ્થિતિમાં મુકયા હોય છે તેનો તિરસ્કાર આવે છે. ઉપર વર્ણન કરેલાં સુખનાં સાધનો ઉપરથી જોતાં સુખ આપનાર જણાતા છતાં તે કેવી રીતે દુઃખરૂપ થાય છે તેનો આપણે વિચાર કરીએ.

૧ ગાડીઓ ઘોડા વગેરે વાહનનાં સાધનો મળવાથી-શ્રીમંતને પગે ચાલી જવાની

ઇચ્છા થતી નથી. અને કદાપી તેને તેવી ઇચ્છા થાય તોપણ પગે ચાલી જવામાં હલક ગણાય માટે તેનાથી પગે ચાલી જવાનું બનતું નથી. આખો દિવસ ગાદી તકીએ બે રહેવાથી કે પડી રહેવાથી કટીના ઉપરના ભાગનું ફરતું લોહી બરાબર રીતે નીચે ઉત શકતુ નથી. જેથી પેટના ભાગ ઉપર ચરબીનો ભાગ વધે છે તે એટલે સુધી કે ન માસની ગર્ભવંતી સ્ત્રીના પેટ કરતાં પણ તેના પેટનો ભાગ મહોટો ગોળી જેવો થાય દં બંધુઓ ઘણું કરી સુખી અવસ્થાના શેઠ શાહુકારો ઘણા ભાગે મહોટા વધેલા પેટવાળા હોય છે કહેવતમાં પણ કહે છે કે " શેઠનું મહોટું પેટ ". આ પ્રમા પેટનો ભાગ વધવાનું શું કારણ છે તે મહોટા શ્રીમંત ગણાતા સુખી માણસોને ભાગ્યે જ જાણવામાં હશે જો ફરવા હરવાની બરાબર કસરત કરવામાં આવે તો પેટના ભાગ ઉપ ચરબી કદી પણ ભેગી થવા પામે નહી.

શ્રીમંત માણસો ચાર ચાર પાંચ પાંચ માળનાં ભવ્ય મકાનો બંધાવે છે. અને તેમાં નિવાસ કરે છે. **ધન્વંતરી** માસીકમાં આપણા હિંદુસ્તાનમાં આગળના રૂષિ મુનિઓ કે સાદાં અને સ્વચ્છ મકાનોમાં રહેતા હતા ને રે'વાના આશ્રમોની આસ પાસ ખુલ્લી જમી રાખવામાં આવતી હતી, વગેરે સબંધી અમે ગયા વર્ષમાં લખી ગયા છીએ. આવાં મકાને ઘણું કરી શહેરમાં ગીચ વસ્તીમાં જ હોય છે. વહેપાર રોજગાર સમંધે ગામડાના લોકો પણ શહેરમાંજ આવી વસવા લાગ્યા છે. અને શહેરમાં વસ્તી વધતી જાય છે છતાં શહેર ના ગામઠાણના રકબાની જગા તો જેટલીને તેટલી જ રહે છે. એટલે મહોટાં મકાનોમાં પ નાના નાના ખંડ કરી તે ઉપર માળ બાંધી ભાડુઆતને રહેવા સારૂ આપવામાં આવે છે મહોલ્લાઓમાં મકાનોની બાંધણી શુરૂથી જ એવી હોય છે કે સરસ સામી મકાનોની લાઇ હોય.છે, બેલાઇનની વચમાં આંગણાનો કે ચોકનો ભાગ ઘણું કરી ચાર પાંચ હાથથી વધા હોતો નથી. સામ સામી મકાનો પણ ઉંચા હોય છે તેથી નીચેના માળોમાંતો અજવાળુ પણ નહી જેવું જ હોય છે. તો સૂર્ય દર્શનની કે સૂર્યના પવીત્ર કિરણોનો પ્રકાશ તેમાં આવ વાની તો આશા જ શી ? મકાનોના પાછલા ભાગમાં પછીતને લગતાં બીજાનાં મકાન હોય છે જેથી પછીતે બારણું કે જાળી કે બારી પણ હોતી નથી, એટલે ઓરડામાં ધોળે દિવસે કોઇ વસ્તુ જોવી હોય તો દીવો કર્યા વિના દેખાતી નથી. સામ સામી બારી બારણાંન હોવાથી વેન્ટીલેશનની તો આશા જ શી? કદાપી કેટલેક સ્થળે તેવી સવડ હોય છે તો પણ પાછલી બાજુએ પણ ઉંચાં મકાનો હોવાથી હવાની જોઇએ તેવી આવ જા થતી નથી. રસોઇ કરવાનું પણ આવા મેડા બંધી જડેલાં જ મકાનોમાં હોવાથી ધુમાડાના ગોટે ગોટ થાય છે અને તેમાં રહેનાર માણસોના શ્વાસોચ્છવાસમા કારબોન વધારે જાય છે. લેખકે મુંબઇમાં અને બીજા સ્થળે કેટલાક માળાઓની વીઝીટ લીધી છે. તેવાં મકાનોમાં જાજરૂની સ્થિતિ અને પેસાબ વિગેરેનું પાણી જવાની મોરીઓમાંથી દુરગંધ નિકળતી હોય છે. લોકો પણ ટેવાઇ રહેલા હોય છે એટલે તેમને દુર્ગંધથી જરાપણ કંટાળો આવતો નથી હાલમાં થોડા વખતથી પ્લેગાદિ વ્યાધિના લીધે શ્રીમંત લોકોએ ગામબહાર બંગલા બંધાવવા માંડયા છે, પરંતુ ગામ બહાર રહેવામાં કેટલીક હરકતોને લીધે તેઓ ઘણે ભાગે પ્લેગાદિ જેવા ભયંકર રોગથી ગામમાં મરણનું પ્રમાણ વધે છે ત્યારેજ, તેવા બંગલામાં રહેવા સારૂ જાય છે. આવા મકાનમાં રહેવાથી કુદરતનું જે ખરૂં સુખ હવા અજવાળુ ને સૂર્યનો પ્રકાશ અને રાત્રિએ આકાશમાં

ઈન્દ્રના નંદનવન કરતાં પણ અધિક આનંદ આપનારી અંધારી રાત્રીએ તારામંડલનો અને અજવાલી રાત્રિએ ચંદ્રમાના પ્રકાશની શોભાનો અનુભવ તેમને ભાગ્યેજ થાય છે કેટલાકને તો આવી ખુલ્લી જગામાં રહેવાથી કે સુઇ રહેવાથી હવા લાગી શરદી (કોલ્ડ) થઇ જવાની દેહશત હોય છે. તેથી તેવી જગોએ રાત્રીએ સુઇ રહી ચોખ્ખા અને શીતલ પવનની આવતી લહેરીઓવડે ફેફસાંને તૃપ્ત કરવાથી કેટલા અમુલ્ય ફાયદા થાય છે, તે તેમના ધ્યાનમાં ઉતરતું નથી પરંતુ મકાનમાં બંધીયાર સ્વપ્નગૃહોમાં આવતા તેમાં જે ગરમ હવા ભરાઈ રહેલી હોય તેની હુંફ લાગે છે તે જોઈ તેમને વધારે આનંદ થાય છે, અને શયનગૃહમાં બે ત્રણ કે તેથી પણ વધારે માણસ સુઇ રહે છે અને બારણાં બંધ કરે છે જેથી આખી રાત એકમેકના પ્રશ્વાસદ્વારા નીકળેલી ઉચ્છીષ્ટ હવા કારબોન ફેફસામાં ગ્રહણ કરવાનું તેમને અત્યંત પ્રિય લાગે છે આ સંબંધમાં જેટલું લખીએ તેટલું થોડું છે તેથી તે અન્ય સ્થળે લખીશું મતલબ કે શ્રીમંતના મ્હોટા ભવ્ય મકાનોમાં જે સુખ માનવામાં આવે છે તેના કરતાં હજારઘણું સુખ લીમડા જેવા છાયાવાલા વૃક્ષોવાળી ખુલ્લી જગામાં માટી કે ઇંટોના ન્હાના પણ સોઈ ભરેલા વગર માળના મકાનોમાં જ્યાં પુસ્કળ સૂર્યનો પ્રકાશ ને તડકો આવી શકતો હોય તેમજ ચોખ્ખી હવાનો પવન નિરંતર વાયા કરતો હોય તેમાં રહેવું છે.

૩ પાશ્ચાત્ય પ્રજાઓની રીતભાતોમાંની કેટલીક રીતભાતના સારાસારનો વિચાર કર્યા શીવાય આપણે અનુકરણ કરવા લાગ્યા છીએ તેમાંનું વસ્ત્રો ધારણ કરવાનું પણ એક અનુકરણ છે આપણો દેશ સમશિતોષ્ણ છે યુરોપખંડની ભૂમીમાં પુસ્કળ ટાઢ પડે છે તેમજ બરફ પણ પુસ્કળ પડે છે વળી વરસના ઘણા દિવસોમાં સૂર્યનું દર્શન સરખું પણ થતું નથી, જેથી ત્યાંના લોકો શરીરની અંગગરમી બરાબર સચવાઇ રહે માટે શરીર ઉપર પાંચ પાંચ છ છ કપડા ઉન જેવા ગરમ પદાર્થના પહેરે છે આપણા દેશમાં એવા કપડા પહેરવાની બીલકુલ જરૂર નથી છતાં લોકો વિના કારણ શ્રીમંતાઇ અને ફેશન બતાવવાની ખાતર પહેરવા લાગ્યા છે

(અપૂર્ણ.)

સ્વિકાર અને અભિપ્રાય.

રમઝમ હેર ઑઇલ—આપણા દેશમાં સ્વદેશી હિલચાલ દાખલ થઇ તેનું એક દેખીતું અને શુભ પરિણામ એ આવ્યું છે કે દેશની કારીગરીનો પુનરૂદ્ધાર થવા લાગ્યો છે થોડાક વર્ષ પૂર્વે પરદેશી સેંટ અથવા અત્તર, કૉસમેટીક, અને સુગંધીદાર તેલ વિલાયતી બનાવટના બહુ લોકપ્રીય થવા લાગ્યા હતા પરંતુ હવે તેવી લોક લાગણી બદલાવા લાગી છે, અને આવી ચીજો આપણા દેશમાં બનવા લાગી છે, જે ઇંગ્રેજી માલની સાથે હરિફાઇ કરવા લાગી છે **ધી રોયલ વિક્ટોરીઆ એજન્સી, નડિઆદ** તરફથી અમને "રમઝમ હેર ઑઇલ." યાને ખુશબોદાર તેલની એક શીશી નમુના દાખલ મળી છે તેની સુગંધ બહુ જ મન પસંદ હોવાથી મગજને શાંતિ આપે છે અને ધારવા પ્રમાણે માથાના વ્યાધિ મટે છે, વાળને ખરતા અટકાવે છે અને સુંવાળા કરે છે અને નેત્રોને

પણ-હિતકર અસર કરતું હોય એમ જણાય છે. અમે આ તેલનો-અનુભવ લેવા ભલામણ કરીએ છીએ.

સૂર્યકાન્ત અથવા વેદાંત જ્ઞાનદર્શન (પ્રથમ ભાગ):—

આ પુસ્તક અમને તેના વિદ્વાનકર્તા રાજકવિ હર્ષદરાય-સુંદરલાલ મુનશી તરફથી અભિપ્રાયાર્થે મળ્યું છે. આ પુસ્તકનાં કર્તાનો આ કાંઇ ગ્રંથ લખવાનો પહેલોજ પ્રયત્ન નથી. કારણ કે અગાઉ તેમણે ગદ્ય અને પદ્યમાં નાનાં મોટાં આશરે ત્રીશેક પુસ્તકો છપાવી પ્રસિદ્ધ કર્યાં છે. જેમણે "ચંદ્રકાન્ત" નામનો વેદાન્ત ગ્રંથ વાંચ્યો હશે, તેમને આ પુસ્તક પણ બહુજ પસંદ પડશે. સુર્યકાન્તની સાધારણ રચના તે પુસ્તકના જેવીજ છે. એટલે કે વેદાન્ત અને યોગશાસ્ત્રનાં ઉત્તમ અને ગૂઢ રહસ્યો, જે સામાન્ય મનુષ્યોથી સમજવામાં બહુજ કઠીન છે, તેને રસમય દૃષ્ટાંતો અને બોધક આખ્યાયિકાઓથી સ્પષ્ટ રીતે સમજાવી વાંચકોના મનમાં સચોટ રીતે ઠસી જાય તેવી ઉત્તમ પદ્ધતિ ગ્રહણ કરવામાં આવી છે. આ પુસ્તકમાં બે "તરંગ" મુકવામાં આવ્યા છે. પ્રથમ તરંગ **પરમાર્થ** અને દ્વિતિય તરંગ **આત્માનંદ** આ બીજા તરંગમાં જે બાબતો આપવામાં આવી છે તેવી બીજા કોઇકજ પુસ્તકોમાં જોવામાં આવે છે. અર્થાત આત્મા સાક્ષાત્કાર કરવાને માટે કયા કયા માર્ગ ગ્રહણ કરી કયી કયી ક્રિયાઓ કરવાની આવશ્યકતા છે, અને તે ક્રિયાઓ કરવાનો આરંભ શી રીતે કરવો વિગેરે યોગશાસ્ત્રનાં રહસ્યોનું સારૂં વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. દાખલા તરીકે ધૌતી, બસ્તી, નેતી, ત્રાટક, નૌલી, અને કપાલભાતી વિગેરે ક્રિયાઓ વડે શરીરના સર્વે ધાતુઓને વિશુદ્ધ કરવાની યુક્તિઓ, વિવિધ પ્રકારની મુદ્રાઓ, અને સૂર્ય, ઉજ્જાઇ, સિત્કારી, શીતલી, ભસ્ત્રિકા, ભ્રામરી કુંભક, મુર્છા કુંભક, પ્લાવિનિ કુંભક આદિ અષ્ટ પ્રકારના કુંભક અને પ્રાણાયામ તથા ચિત્ત એકાગ્ર કરવાના જુદા જુદા પ્રકાર વિગેરે હઠ યોગનાં અદ્દભૂત રહસ્યો, તેમજ લયયોગ, મંત્રયોગ, રાજયોગ, વિગેરે સંબંધી સારૂં વિવેચન કરવામાં આવ્યું છે. વેદાન્ત અને યોગશાસ્ત્ર જેવા ગૂઢ અને ગંભીર વિષયો વાંચતાં સામાન્ય લોકોને જે કંટાળો આવે છે તેમને પણ આ અગત્યના વિષયો જાણવાનું સહેલું થઇ પડે એ હેતુથી, કર્તાએ સાદી ભાષામાં બહુજ રસમય અને ઉચિત દૃષ્ટાંત, વાર્તાઓ, અને યોગ્ય દાલીલોથી પુસ્તકને લોક ઉપયોગી બનાવવાનો ઠીક પ્રયત્ન કર્યો છે. અને આશા છે કે પ્રજા તે પુસ્તકનો બહોળો ઉપયોગ કરી લેખકના શુભ ઉદ્દેશને સફળ કરશે. પુસ્તક ઉંચા કાગળ ઉપર સારા ટાઇપમાં છાપવામાં આવ્યું છે. ગ્રંથ લગભગ ૪૦૦ પાનાનો દળદાર છે. અને સુંદર કપડાના મજબુત પુંઠાથી બાંધેલો તથા સોનેરી અક્ષરના નામ સાથેનો લાઇબ્રેરી કે પુસ્તકાલયને શોભાવે તેવો છે. ગ્રંથની કિંમત રૂપૈયા અઢી રાખવામાં આવી છે, અને કર્તા પાસેથી ખાડીયા અમદાવાદ એ ઠેકાણેથી મળી શકે છે.



૧૭ હુરતાલભસ્મ કરવાની રીત—શુદ્ધ હરતાલ લઇ કુવાર્ગાડુ અને દહી મા ત્રણ ત્રણ તખત ઘુટી ગોળ કરી સુકવવો પછી હાડીમા છ આગળ મીઠુ ભરી તેના ઉપર હરતાલ સેાખડના હાળડામા મુકી ઢાકણુ ઢાંકી કપડ માટી કરની પછી પેલી હાલીને ચુલા ઉપર ચઢાવી બત્રીમ પહેારનો ક્રમાગ્નિ આપવાથી ચુના સરખી ભરમ થશે . તે ચોખાપુર સાકર સાથે આપવાથી જ્વર અને વાતરક્તનેા નાશ કરે છે

૧૮ હરતાલને કુમીના રસમા સારી પઠે ખલ કરી સુકવવી પછી ડમરૂયત્રમા મૂકી હીર આચ આપવી જ્યારે પોતાની મેળે યન્ત્ર ટાઢેા થાય ત્યારે તે યત્ર ઉઘાડી યત્રમા ચારપઉપરની માટલીમાં લાગેલી હરતાળનેા ભૂકા લઇ તેને પ્રથમ પ્રમાણે કુમીના રસમા ખલ કરી ઉપર પ્રમાણે આચ આપવી એમ એકત્રીમ વખત કરવાથી હરતાલ ભરમ થશે એજ પ્રમાણે કુવરના પાગના રસમા ખલ કરી આચ આપવાથી જ્યા સુધી ઉડતેા રહે ત્યા સુધી આચ આપના જવી જ્યારે ધેાળી સ્વચ્છ ચદ્રમા સરખી ભરમ થાય ત્યારે યથા યેાગ્ય રેાગેાપર આપની

૧૯ હુરતાલ ભસ્મના ગુણુ—ભાગેલી હરતાલ કોઢ કફ, સબધિ રેાગ પિત્ત સબધી રેાગ ગુદાના રેાગ, સવ વાત રેાગ, સર્વે પ્રમેહ સર્વ જ્વરાદિ રેાગેાનેા નાશ કરે છે

૨૦ અશુદ્ધ હરતાન દેાપ હરતાળ જે અશુદ્ધ પીલી ભરમ થયેલી અગ્નિ ઉપર નાખનાથી ધુમાડેા નીકળે તેવી વાતથી રેાગ પિત્ત રેાગ કુષ્ટ અને મૃત્યુને પ્રાપ્ત કરે છે

૨૧ અશુદ્ધ હરતાલ દેાપની શાન્તિ ભુરા કેાળાનેા રસ અથવા કડવી નાહીનેા રસ અથવા જવાસાનેા રસ અથવા જીરૂ સાકરનું સેવન કરે તેા અશુદ્ધ હરતાળ દેાપથી મુક્ત થાય

૨૨ હરતાલ ભરમના ગુણ હરતાળ ભરમ અર્ધી ગુજ, છ વાલ ખડી સાકર સાથે લેવાથી એશી પ્રકારના વાયુ, કફ, પિત્ત કુષ્ટ મેહ અને હર્ષનેા નાશ કરે છે

૨૩ હરતાન ભરમ દેહને કાતિ કારક સતાપને નાશકારક, અગનેા સગેાન્વ થણ્ડેા, કફ, પિત્ત, કુષ્ટ એનેા નાશ કરે છે એની કાળી અથવા અશુદ્ધ ભરમ સારી નથી

૨૪ હરતાલ ભરમ તીખટ સ્નિગ્ધ તુરટ અને ઉષ્ણ છે તે વિષ કડુ કુષ્ટ રક્ત વાત પિત્ત કફ, વ્રણુ રેાગ, મૃત્યુ, જરા એનેા નાશ કરે છે એ સારી શેાધાઇ હેાય તેા કાતિ અને આયુષ્યની વૃદ્ધિ કરે છે

૨૫ ગળેાના ચુર્ણ સાથે અથવા ગળેાના ઉકાળા સાથે ખાધેલી હરતાળ ભરમ વાત રક્ત અને કેાઢનેા નાશ કરે છે ભૂરા કેાળાના રસ સાથે ખાય અને ઉપદશ વાતરક્ત ભગદર વિસ્ફોટિક અને મડળ કુષ્ટનેા નાશ કરે છે હળધરના ચૂર્ણના અનુપાનથી રક્તપીતના અને લેાહીના બીગાડથી થયેલેા રેાગ મટે છે આદાના રસ સાથે મૂઢ અને સુતિકા રેાગનેા નાશ થાય છે સાકર અથવા ખાટ સાથે ખાવાથી વિશમાદિક સર્વે જ્વરેા તથા પાડુરેાગ ક્ષયરેાગ ઉધરસ, એનેા નાશ થાય છે મધ પીપર સાથે ખાવાથી જઠરાગ્નિની મદતા મટે છે જાવત્રી ને કેસર સાથે ખાવાથી સળેખમને મટાડે છે બકરીના મૂતર સાથે અથવા સમુદ્રફળ સાથે લેવાથી જલેાદર મટે છે જાયફળ સાથે ખાવાથી નિર્બળતાને મટાડે છે તાબુલની સાથે ખાવાથી ક્ષયને મટાડે છે તાબુલ એટલે નાગરવેલના પાન ઉપર ચુનેા કાથેા સેાપારી એલાયચી, લવીંગ તજ તમાલપત્ર જાયફળ, ચીનીકબાબા, કેસર કસ્તુરી, કપુર અને જાવત્રી એ તેર વાનાં યુક્ત નાગરવેલના પાનના બીડાને તાબુલ કહે છે એની સાથે ખાવાથી

ઉર્ધ્વશ્વાસ, સુંઠ સાથે ખાવાથી આળસ, તથા તજ, તમાલપત્ર અને એલચીના ચુર્ણ સાથે ખાવાથી મુખની દુર્ગંધતાને મટાડે છે, તુલસીના રસ સાથે ખાવાથી અનેક પ્રકારન પ્રમેહને મટાડે છે ગાયના દુધ સાથે ખાવાથી-વીર્યની વૃદ્ધિ થાય છે. લવિંગ તજ કપુ સાથે અથવા નાગરવેલના અર્ધા પાન સાથે ખાવાથી વીર્યની અતિશય વૃદ્ધિ કરે છે.

૨૬ **હુરતાલ ભસ્મનાં અનુપમ:**—હરતાલ ભસ્મ વછનાગ અને જીરૂ એની સાથે આપવાથી અપસ્માર મટે છે-આંબા હળધર સાથે લેવાથી રક્ત વિકાર મટે છે. દેવદાલીન રસ સાથે ભગંદર ઉપર, અને ઉપદંશ વિસર્પ મંડળ કઢુ ખરજ ફોલ્લા અને વાત રક્ત વિગેરે વિવિધ પ્રકારના રોગો યોગ્ય અનુપાનથી મટે છે. હરતાલ સત્વ:-હરતાલ અને લાખ રાઘ, તલ, સરગુવાની છાલ, ટંકણખાર, મીઠું, ગોળ એ સર્વ પદાર્થ હરતાલના નીમે લઈ તેનાથી ખલ કરી પછી સચ્છિદ્ર મુશમાં ઘાલી મુશનુ મ્હેા બંધ કરવું અને પાતાલ યંત્રથી પુટ આપવેા એટલે સત્વ નીકળે છે

૨૭ હરતાલ સત્વ પાતન.—હરતાલને ટંકણખાર ભેંશનું ઘી મધ કલથીનેા કાઢેા એની ભાવના આપી તેને હાડીમા મૂકી તેના ઉપર સચ્છિદ્ર ઢાકણું ઢાકી સંધિએ લેપ કરવેા અને છિદ્રને નળી ઘાલવી. અને ચાર પહેાર અગ્નિ આપવેા એટલે નળી વાટે સત્વ નીકળે છે તે લેવુ. નળીમાથી ધેાળેા ધુમાડેા જવા લાગે એટલે અગ્નિ પૂરેા કરવેા પછી ઉપરનુ ઢાંકણું કાઢી સત્વ લેવું.

૨૮ હરતાલ સત્વ—જયપાળ અને એરંડાની મીંજ સાથે હરતાલને ખલ કરી કુંપીમા ભરવું અને વાલુકાયંત્રમા મૂકી કુપીના કંઠ સ્થિત થયેલું સત્વ લેવું.

૨૯ શુદ્ધ હરતાળ એક પળ ટંકણખાર એક પળ લઈ બકરીના દૂધમા ભૂરા કેાળાના રસમાં કુવારના રસમાં અને લીંબુના થેારના દુધમા આકડાના દૂધમાં અને એરંડ તેલમાં એ પ્રમાણે પ્રત્યેકમા ખલ કરી તેમાં ઘી તથા મધ ગેાળેા કરવેા અને તે કાચ કુંપીમા ઘાલી કાપડમાટી કરી વાલુકાયંત્રાં ચાર દિવસ પચન કરવું તેથી કુંપીના મેાઢાને વજ્ર જેવુ સત્વ લાગશે તે કાઢી લેવું.

૩૦ હરતાલ સત્વ દુઃસાધ્ય વાતરક્ત ઉપર એક ચેાખાપુર આપવું અને પથ્યમાં ચણા અને ઘી યેાજવું એટલે ચૈાદ દિવસમાં રેાગ મટી જશે.

૩૧ હરતાળ ભસ્મ ભક્ષણ કરનારે મીઠું ખાટું તીખુ અગ્નિનેા શેક અને તાપ એ છેાડવા જેનાથી મીઠુ છેાડાતુ નથી તેણે સિંધવ ખાવેા અને મધુર રસ આપવેા.

૩૨ હરતાળ ભસ્મ સેવન કરનારે ગાયના દુધમાં સાકર નાખી તેની સાથે ડાંગરના ચેાખાનેા ભાત ખાવેા તે અતિશય પથ્ય છે. પણ થેાડેાજ ખાવેા. આ સ્વલ્પાહાર સુખકારક છે. વળી ગાયના દુધ સાથે શીરેા ખાવેા, પાણી થેાડું પીવું, સાંજે વાળુમાં લવણ વગરની ખીચડી ખાવી, સ્ત્રી પ્રસંગનેા ત્યાગ કરવેા, સાકર ખાવી, હરતાળને ખાઇ બે મુહૂર્ત સુધી એટલે ચારઘડી સુધી તરસ લાગી હેાય તેાપણ પાણી પીવું નહિ. આ પ્રમાણે હરતાળનું સેવન કરે તેા રેાગેાથી મૂક્ત થઇ સુખી થાય.

જટિલી ક્રીયા.

૩૩ વરકી હરતાળ ભસ્મ કરવાની વિધિ:—વરકી હરતાળ પહેલા નંબરની પાંચ તેાલા લઇને દેશી આકડાના દુધમાં અગીયાર દિવસ સુધી ભીંજવી રાખે પછી બારમ

દિવસે કુવારના પાઠાનો ગર્ભ પાચ શેર પાકો લઇને અઢીશેર પાગ માટીની હાડીમા ભરી વચે પેલી દુધમા પલાળેલી હરતાળ મૂકવી તેના ઉપર બાકીનો ગર્ભ મૂકવો પછી હાડીને સ્પુટ કરીને કેહપુર જગલી છાણાની ભઠીમા સળગાવે જ્યારે ભઠ્ઠી ટાઢી પડે ત્યારે કાઢી લેવી હરતાળ સફેદ થશે એ હરતાળ છત્રીસ રોગ ઉપર ચાલી શકે છે

૩૪. વરકી હરતાળ ભસ્મ કરવાની બીજી રીત –તાદલજાની ભાજીના રસમા હરતાળને ખલ કરે ત્યા સુધી કે તેનો એક ગોળો બનીજાય પછી તે ગોળાને છાંયામા સકવે અગાડીના લાકડા બાળીને તેની ખાખ હરતાળ પાંચ તોલા હોય તો એક શેર ખાખ પાકી લેવી, પછી એમાની અડધી ખાખ માટીની મ્હોટી કુલડીમા નાખી ઉપર ખલમા ઘુટેલો હરતાળનો ગોળો મૂકે પછી પેલી રાખેલી અચ્છેર પાકા વજનની ખાખને ઉપર દાબે પછી કૂલડાને કપડમાટી કરીને ગજપુટ વગડાઉ છાણાની ભઠ્ઠીમા સળગાવી દે ટાઢી પડેથી એટલે કે કુલડીમાથી સફેદ ખડી જેવી ભસ્મ હરતાળનો કાકરો કાઢીને તેને વાટી નાખે તે ભસ્મનો ઉપયોગ બુદ્ધિનુસારે કરવો

૩૫ વનસ્પતી હરતાળ (વરકી હરતાળ) ની ભસ્મ કરવાની રીત –પાચ તોલા વરકી હરતાળ લઇને અગાડીના પાનના રસમા ખલ કરે બે દિવસ સુધી ખલ કરવી ત્યાર પછી બે દિવસ સુધી કુવારના પાઠાના ગર્ભમા ખલ કરવો જ્યારે તેનો ગોળો બનીજાય એટલે પીપળાના ઝાડની છાલની રાખ શેર ૦॥ કુલડીમા ભરી વચે ગોળો મૂકી અચ્છેર રાખ ઉપર દબાવવી પછી તે કુલડાને કપડમાટી કરવો અને પછી ગજપુટમા સળગાવીદેવુ એટલે ખડી જેવી સફેદ હરતાળ નીકળશે એ હરતાળ બહુજ કામ આવે છે જેવાકે મૂત્રકચ્છનો રોગ, શીત, ગાંઠીયો વાયુ, પિત્ત કમળી, ઝાડાનો ખુલાસો ન થતો હોય અને મગ વિમરનો રોગ એ બધા રોગો ઉપર કામ કરે છે સારી રીતે હુશીઆરીથી તેનો ઉપયોગ કરવામા આવે તો બધા રોગોનો નાશ કરે છે

ઉપરની ભસ્મનાં અનુપાન.

૩૬ આકડાના દુધમા ફુકેની હરતાળ ભસ્મના અનુપાન પ્રથમ રાજરોગ ઉપર વાપરે. જે માણસને કોડનો રોગ હોય તથા હાથ પગની આગળીઓ ગળગળતી હોય અથવા શરીર ઉપર ઘા ચાદીઓ પડી ગઇ હોય અથવા રસ વહેતો હોય તેને ઉપરની ભસ્મ ત્રણ રતી અરસવના પાનના રસમા એક તોલામા મેળવી પાઇદે દિવસમા બે વખત એ પ્રાણે સત્તાવીસ દિવસ અથવાતો એકત્રીસ દિવસ દવાનુ સેવન કરવાથી કોડના રોગનો નાશ થઇજાય છે અને હાથ પગની આગળીઓ દુરસ્ત થઇજશે જેટલા દિવસ દવા ખાય તેથી સવાઘણા દિવસ ઘી ને રોટલી ખાય જેટલુ ઘી ખાય તેટલુ ફાયદારૂપ છે એનો ગુણ ઘણા દિવસ સુધી રહે છે જે માણસને ધોળા કોડ અને શુન્ય મહેરી અગમા હોય તેને બે રતી ભસ્મ તુળસીના અડધા તોના રસમા મેળવીને પાઇદેવી. દીવસમા એક વખત એ પ્રમાણે એકવીસ દિવસ સુધી દવા ખાવાથી તથા ગધકનુ તેલ હાથ ઉપર ચોપડવાથી સુન્ય બહેરીતો રોગ અને ધોળા કોડનો નાશ થઇ જાય છે તેલ, ખટાશ, અને અગ્નિ કરતા ચીજોની કરી પાળવી.

૩૭ દેશી આકડાના દુધમા ફુલેલી હરતાળ ભસ્મના ખાનપાનની વીધી –જે માણસને

દરેક પ્રકારનો તાવ આવતો હોય તેને બે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં અથવા નાગરવેલના પાનમાં રાખીને ખવરાવો એ પ્રમાણે બે દિવસ અગર ત્રણ દિવસ ખવરાવવાથી તાવ નાશ થઈ જાય છે. એનો ખોરાક દુધ રોટી અથવા દુધ ભાત ખવરાવે જે માણસને શરીરનું ગૌર વર્ણ કરવું હોય તેને ગાયનું દુધ શેર ૧॥ ગરમ કરી બળતાં બળતાં પોણો શેર રહે તેમાં ત્રણ રતી કેસર બે રતી જાયફળ બે રતી જાવંત્રી બે રતી હરતાલની ભસ્મ એ પ્રમાણે મેળવીને પાઈદે. બે વખત પાય, દોઢ માસ પીવાથી ગૌરવર્ણ બની જશે. જેટલું ઘી અને બદામનો હલવો ખાય તેટલો ફાયદો કરતા છે તેલ ખટાશની કયરી પાળે. જે માણસને પાંસળીઓમાં શુળ આવતું હોય તેને બે રતી હરતાલની ભસ્મ નાગરવેલના પાનમાં બે વખત ખવરાવવાથી તે રેાગનો નાશ થઈ જાય છે.

૩૮ અંધાડીઆમાં ફુંકેલી હરતાલ ભસ્મના ખાનપાનની વીધીઃ—જે માણસને ગાંઠીઓ વાયુ હોય તેને બે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં મેળવીને પાય. દીવસમાં બે વખત એ પ્રમાણે ચઉદ અગર સતર દીવસ પાન કરાવવાથી વાયુનો નાશ થઈ જાય છે તેથી ખટાશની કયરી પાળે. જે માણસને કોઈપણ પ્રકારનો તાવ આવતો હોય તેને બે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં મેળવીને પાય. ઉપર લખ્યા પ્રમાણે કયરી પાળે. જે માણસને શીત થઈ ગયો હોય તેને ત્રણ રતી ભસ્મ આદાના રસમાં કે તુલસીના પાનમાં મેળવીને આપે. જે માણસને ધાતુ ક્ષીણતા અને શરીર અશક્ત હોય તેને બે રતી ભસ્મ દુધની મલાઈમાં ત્રણ તેાલામાં મેળવી ચટાડે. એ પ્રમાણે દિવસમાં બે વખત સાત દિવસ અગર અગીયાર દિવસ ખવરાવવાથી ધાતુપુષ્ટ બની જાય છે. જે માણસને પીત કમળીનો રેાગ હોય તેને ઉપરની ભસ્મ બે રતી ઘીમાં મેળવીને દિવસમાં બે વખત એ પ્રમાણે અગીઆર અગર પંદર દીવસ આપવાથીપીતકમળીના રેાગનો નાસ થઇ જાય છે કરી. ઉપર પ્રમાણે.

૩૯ કુંવારના પાઠામાં ફુંકેલી હરતાળ ભસ્મના ખાનપાનની વિધઃ—જે માણસને બદનો રેાગ હોય તેને આ ભસ્મ બે રતી ગાયના માખણ બે તેાલામાં મેળવીને ચટાડી દે. એ પ્રમાણે દિવસમા બે વખત સાત દિવસ અગર અગીયાર દિવસ સેવન કરવાથી તે રેાગ મટી જશે ને ચાદી પુરાઈ જશે ને ઘા રૂઝાઈ જશે. જે માણસને બદ ઉપદંશનો રેાગ હોય ચાંદી પડી ગઈ હોય તેને બે રતી ભસ્મ ગાયના બે તેાલા માખણમાં દિવસમાં બે વખત ચટાડે. તેલ ખટાશ ને હીંગ મરચાં વીગેરેની કરી પાળવી.

પારો (પારદ).

૧ પારો સફેદ બ્રાહ્મણ, રાતો ક્ષત્રિય, પીત વૈસ્ય, અને કાળો શુદ્ર જાણવો. સફેદ પારદ કલ્પમાં અને રેાગ નાશ કરવામાં, રાતો ગુટીકામાં, પીળો ધાતુવેધ કરવામાં, અને કાળો ઇતર કામમાં ઉપયેાગી છે.

૨ **પારામાં પર્વત સમંધી દોષ.** શિસુ વંગ મળ અગ્નિ ચાંચલ્ય અને વિષ એ અસલ દોષ રહેલા છે.

૩ અશુધ્ધ પારો ભક્ષણ કરવાથી અંગની જડતા અંગ ઉપર ગાંઠો. કુષ્ટ મળનો દાહ વીપ, સ્ફેાટ. મરણ અને સંતાપ અને અપમાન એ વિકાર થાય છે.

૪ પારદના અંગે મળ શિખિ અને વીષ એ મુખ્ય ત્રણ દોષ રહ્યા છે. મળથી મુર્છા શિખિથી દાહ અને વિષથી મૃત્યુ થાય છે.

૫ પારદમા ઔપાધીક સાત કંચુક છે. માટે પારદની શુદ્ધી કર્યાવિના પારદને ઉપયોગમાં લેવો નહી.

૬ શિવ પાર્વતિને કહે છે કે હે પાર્વતિ સુદ્ધ પારદના દર્શનથી સ્પર્શથી ભક્ષણથી સ્મરણથી પૂજનથી અને દાનથી એ રીતે ૭ પ્રકારથી ઘણા ફળ મળે છે. કેદારાદિક પૃથ્વિ ઉપર જે પુન્યક્ષેત્ર છે. તેના દર્શનથી જે પુન્ય થાય છે તે પારદ દર્શનથી પ્રાપ્ત થાય છે. અને મુર્છીત પારો ચંદન અગર અને કસરમા મુકીરાખવાથી શિવપૂજાનું ફળ મળે છે. અને શિવલોક પ્રાપ્ત થાય છે. પારદ ભક્ષણથી તાપત્રય દુર થાય છે. અને બ્રહ્મા વિષ્ણુને દુર્લભ એવું ઉત્કૃષ્ટ ફળ પ્રાપ્ત થાય છે. વ્યોમકર્ણીકામાં પારદનુ ધ્યાન કરવાથી જન્માંતરનાં અને આ જન્મનાં પાતક દુર થાયછે. અને જે સ્વયંભુલીંગની પૂજાનું ફળ છે તેનાં કરતા કોટીઘણું ફળ પારદના લીંગનું પૂજન અરચન કરવાથી પ્રાપ્ત થાય છે. આ પારદ વિદ્યા ત્રૈલોક્ય મધે દુર્લભ છે. આ પારદ ભુક્તિ અને મુક્તિ એ બન્નેને આપવાવાળો છે.

૭ શિવ કહે છે હે પાર્વતિ મુત્તિકાના લીન્ગથી સુવર્ણના લીન્ગનુ દર્શન કરવામાં કોટી ઘણું પુન્ય છે. સુવર્ણ લીન્ગથી મણિના લીન્ગમા કોટી ઘણું દર્શન કરવાનું પુન્ય છે. મણિ લીન્ગના કરતાં બાણ લીન્ગનાં દર્શન કરવાથી કોટી ઘણું પુન્ય છે. અને બાણ લીન્ગ કરતા પારદ લીન્ગનાં દર્શન કરવાથી કોટી ઘણું પુન્ય છે.

૮ પારાની ભક્ષણ, સ્પર્શન, દાન, ધ્યાન અને પૂજન એ રીતે પાંચ પ્રકારની પૂજા શાસ્ત્રમાં કહેલી છે.

૯ પારામાં રહેલા દોષની શાન્તી કરવા માટે પ્રયત્નથી પારાનું શોધન કરવું જોઇએ, એટલે પારદ અમૃતના સરખું ફળ આપનાર થશે. જ્યારે પારદ દોષ રહીત થાય છે ત્યારે જરાને મૃત્યુનો નાશ કરે છે. સુદ્ધ પારો સાક્ષાત અમૃતરૂપ છે અને દોષ યુક્ત પારો વિષ સરખો છે. માટે દોષ નિવારણ કરવા માટ નિપૂણ વૈદે સારા વૈદ્ય સંપૂર્ણ સામગ્રી ભેગી કરી. પારદ શોધનનો આરંભ કરવો. તે પારો શુભકાળે સો ટાંક પચાસ પચીસ બાર ટાંક દસ ટાંક પાંચ કે એક પળ લેવો. એક પળથી કમી લેવો નહી કારણ તેનુ શોધન કરવાનો બહુજ શ્રમ પડે છે. અને ફળ થોડા પ્રમાણમા લેવાથી અલ્પ મળે છે. પારદનું શોધન કરતાં પહેલાં શ્રી ગુરુ કન્યા બટુક ગણપતી યોગિની અને ક્ષેત્રપાળની ચતુર્વધિ પુજા કરી સમુહૂર્તમા શુભ નક્ષત્રમાં પારદ શોધવાનો પ્રારંભ કરવો. શોધનના પ્રારંભે અઘોર મંત્રથી પારાને ષોડ પૂજા કરવી. પછી સ્વેદનાદિ સંસ્કાર સાવધાનપણાથી કરવા.

૧૦ અથ ખલ લક્ષણ ખલ લોહનો ઉત્તમ તેનાથી લોહસાર શ્રેષ્ટ તેમજ બતો પણ તેજ જાતનો ગુળ ગુળાત જોઇએ. અને સ્વચ્છ જોઇએ. કિંવા લોહ ખલના અભાવે સારા પથરનો લેવો. અને બત્તોપણ તેનો માંખણ ઘુટવા જેવો ગુળ ગુળાત લેવો.

૧૧ અથ સંસ્કાર પારાને અરાડ કોઇ જગોએ ઓગણીસ અને કોઇ જગોએ આઠજ સંસ્કાર કહ્યા છે.

(૧) સ્વેદન (૨) મર્દન (૩) મુર્છન (૪) ઉત્થાપન (૫) પાતન (૬) બોધન (૭) નિયમન (૮) સંદીપન (૯) ગગન ભક્ષણ (૧૦) સંચારણ (૧૧) ગર્ભદ્રુતિ (૧૨) બાહ્યદ્રુતિ

(૧૩) જારણ (૧૪) ગ્રાસ (૧૫) સારણ (૧૬) સક્રમણ (૧૭) વેધ વિધિ (૧૮) શરીર યેાગ, એ રીતે અરાડ સસ્કાર છે

૧૨ પારદ સસ્કાર—પારદનુ (૧) સ્વેદન (૨) મરદન (૩) મુર્છન (૪) ઉત્થાપન (૫) પાતન (૬) રેાધન (૭) સયનન (૮) પ્રદિપન એ રીતે આઠ સસ્કાર પણ અન્ય ગ્રથમા કહ્યા છે એ સસ્કાર સર્વોપયેાગી છે માટે અને બીજા બાકીના સસ્કાર ઔષધી કર્મમા ઉપયેાગી નથી માટે અત્રે તેા ઉપર લખેલા આઠજ સસ્કારનુ વર્ણન કરીશુ

૧૩ **અથ સ્વેદન વિધી**—અનેક જાતના ધાન્ય લેઇ તેમા થેાડુ પાણી છાટી તેને ખાડતા જવુ તેના છેાતરા કાઢી નાખી તેનેા કુડેા કાઢવેા તેને પાણીમા પલાળી માટીના વાસણમા તેમા ખટાઇ આવતા સુધી ગખવેા તેમા તાજલજો ગેારખમુડી (બેાડીયેા કલાર) વિષ્ણુ ક્રાતા સારેાડી મત્સ્યાક્ષી થેાર મુગસવેલ માહાબળા શતાવરી ત્રીફળા ગેાકરણી હસપાદી ચીત્રક એ યથા લાભ વનસ્પતિના પચાગનુ ચૂર્ણ કરી પેલા ધાન્યામ્લમા મેળવવુ એ ધાન્યામ્લ પારદના સ્વેદનાદિ ક્રિયામા વાપરવુ

૧૪ પારદસ્વેદન સુઠ મરી પીપર મીઠુ રાઇ હળદર ત્રીફળા આદુ ચીકણા કુપ કડયા તાજળજો પુનર્નવા મે સીગી ચીત્ર નવમાર એ સર્વ પદાર્થ પારાના સેાળમા ભાગે લેવા કીવા યથા લાભ લેઇ ધાન્યામ્લમા ઘુટવા અને તેના કલ્કના લુગડા ઉપર આગળ ભર જાડેા લેપ કરવેા પછી તેથા પારેા બાધી ધાન્યામ્લમા દેાળાયત્ર કરી એક દિવસ પકવવેા એટલે સ્વેદીત્ત થાય છે.

૧૫ બીજો પ્રકાર સ્વેદનનેા, સુઠ મરી, પીપર મીઠુ સુરેાખારે આદુ મુલા ચીત્રક બારીક ખલી તેનેા કલ્ક કરી વસ્ત્રને એક આગળ જાડેા લેપ કરી તેમા પારેા બાધી દેાળા યત્રમા કાજીમા ત્રણ દીવસ પચન કરવેા

૧૬ પારદ સ્વેદન જ્યા દ્રવ્યનુ માન બતાવ્યુ નથી, ત્યા પારાના સેાળમા ભાગે પ્રથક પ્રથક દ્રવ્ય લેવુ અને પ્રત્યેકમા ત્રણ ત્રણ દીવસ સ્વેદન કરવેા અને મધ્યમ અગ્નિ આપવેા

૧૭ પારદ સ્વેદન અન્ય પ્રકાર માટીના વાસણમા જલ ભરી, ફેાતરા વગરનાં જે કાઇ ધાન્યેા હાજર હેાય તે ધાન્યેા નાખી જ્યા સુધી ખટાશ આવે ત્યા સુધી તે વાસણને એમને એમ રાખી મુકવુ પછી તે આથાવાળા વાસણમા ભાગરેા ગેારખમુડી ધેાળા ફુલવાળેા ડુપેા, સારેાડી ધેાળી દ્રો, જોરવેલ ખપાટ શતાવરી હરડા બેઢા આમળા, કાળા ફુલવાળેા ડુપેા હસરાજ ચીત્રેા એ ઔષધીમાથી જેટલી મળાઆવે તેટલીને મૂળ સહીત કુટી તેમા નાખવી એટલે ધાન્યામ્લ થયુ કહેવાય પારાના સ્વેદનાદિ સસ્કારેામા સરવે ઠેકાણે એનેા ઉપયેાગ કરવેા પછી સુઠ મરી પીપર મીઠુ રાઇ હળદર હરડા બેઢા આમલા આદુ ખપાટ ગળેગી તાજળજો સારેાડી મરડાસીગી ચીત્રેા અને નવસાર એ ઔષધેા સમભાગ લેઇ સમસ્તને અથવા એક એકને ઉપર કહેલા ધાન્યામ્લમા વાટી કલ્ક કરી, તે કલ્કનેા વસ્ત્રને જાડેા એક આગળ ચઢાવવેા તે વસ્ત્રમા પારેા મુકી ખાટા રસથી ભરેલા દેાળાયત્રમા ત્રણ દીવસ સુધી બાફવેા એટલે પારેા સ્વેદીત થાય છે. ઉપલા ઔષધેામા મરડાસીગી ન મળે તેા તેના બદલે કાકડા સીગી લેવાને હરકત નથી

૧૮ **મર્દનવીધી** વટે પારેા ગ્રહધુમ ઇંટનુ ચુર્ણ દહી ગેાળ મીઠુ જીર્ણાબક રાઇ એ પ્રત્યેક પારાના સેાલમા ભાગે લેઇ તેમા ઘુટવેા એટલે નીર્મળ થાય છે અને દર દર ગ્રાસે રેાગનેા નાશ કરે છે.

એ તાપથી કાળી થઇ જાય છે અને જડ સુધાંત વાટી ભભરાવવાથી ઇંદ્રી છોલાયાંની પીડા મટે છે.

૨૭ આઠ તોલા હીમજી હરડે, રસ કપુર ચાર તોલા, એાદારસીંગ તોલો એક, મરી જાંબફળ, એલાયચી અને લવીંગ એ એક એક તોલો તેને સો લીંબુના રસમાં ખલ કરવો તે એવી રીતે કે થોડો લીંબુ રસ નાંખવો ને ઘુટવું. સુકાય કે ફરી નાખવો અને તેની બબે વાલની ગોળીયો, કરવી સાંજ સવાર એક એક ગોળી ખાવી, મીઠું બંધ કરાવવું. ને ઘીનું પથ્ય આપવું. એ ગોળી સાત દિવસ ખાવાથી ગમે તેટલા વખતની ચાંદી પણ મટે.

૨૮ એક તોલો એાદારસીંગ બે તોલા પાકા દાડમની છાલ તેથી બમણો ગોળ એને એકત્ર ઘુટી આઠ વાલની ગોળી કરવી. તે ગોળી સવાર સાંજ ખાવી ગોળી ઉપર ગાયનું પાશેર ઘી પીવું. આ દવાનું ચૈાદ દિવસ શેવન કરવાથી ચાંદી મટે છે. ખાટુ ખારૂં ખાય તો મરવાની નીશાંની સમજવી.

૨૯ સાકર મોરથુથુ ફુલાવેલું એ બેના સમાન હીમજી હરડે લેવી તેને સો લીંબુના રસમાં ખલ કરવો તેની ચણા જેવડી ગોળી કરવી. સવારમાં એક ગોળી ટાઢા પાણી સાથે લેવી. ઉપર પલાળેલી ચણાની દાળ ખાવી. મીઠું મરચુ ખટાશ વીગેરે બંધ કરવું. એથી ચાંદીને ટાંકી મટે છે.

૩૦ ઉપદંશ વ્યાધિ વાળાને પ્રથમ રેચક ઓસડ આપી મળશુધી કરાવવી. પછી બે દિવસ જવા દેઇ મુત્રરેચક ઔષધ આપવું. પછી એક દિવસ વચે જવા દેઇ ઉપદંશ સામક દવા આપવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩૧, મળરેચક દવા. સુકા ગુલાબના ફુલની દસબાર કળીયો લેવી. તેને ધોઇને સાફ કરવી. પાશેરના આસરે ઉતમ જાતના ચોખા લેઇ ધોવા તેમાં ગુલાબની કળી નાંખી રાંધવા ભાત તૈયાર થએ ગુલાબ કલીનાં ડીટા કાઢી નાખી તેમાં ખાંડ ઘી નાખી ભાત ખાવો આથી સારો જુલાબ થશે.

૩૨ શ્રીફળાના કાઢામાં એરંડ તેલ નાંખી પીવાથી સારો જુલાબ થશે.

૩૩ સુંઠના કાઢામાં દીવેલ પીવાથી સારો જુલાબ લાગશે.

૩૪ રેવંચીનો શીરો એકથી દોઢ ચનોઠીપુર શકતી પ્રમાણે ખાંડ સાથે લેવાથી જુલાબ લાગશે. રેવંચીનો શીરો એકલો લેવાથી પેટમાં ચુથારો થાય છે માટે તેની સાથે સુંઠ બારીક વાટેલી બે આની ભાર મેળવી લેવી.

૩૫ ઇંદ્રી જુલાબ એક શેર દુધમાં એક શેર પાણી મેળવવુ તેમાં બે માસા સુરો ખાર અને છ માસા સોનાગેરૂ મેળવી એકત્ર કરી ઉભા રહી પેટ ભરી પીવુ અને ફરતા રહ્યાથી મુત્ર રેચ સારો થાય છે.

૩૬ બશેર દુધ લેઇ કલઇના વાસણમાં ઉનુ કરવુ તેમાં પાણી બીલકુલ નાંખવું નહી. સાર ઉકળા પછી તેમાં ફટકડી બારીક વાટેલી બે માસા નાંખવાથી દુધ ફાટી જશે તેને લુગડે ગળતાં માત્ર પાણી નીકળે તે લેવું કુચા કપડામાં રહે તે ફેંકી દેવા. પેલા ગાળેલા પાણીમાં એલાયચી અને ખાંડ મેળવી ટાઢુ થએથી પીવાથી પેસાબ માર્ગે સારો જુલાબ થશે.

૩૭ કેસુડા દસ તોલા સુધી લેવા તેને સાફ ધોઇ નાખવાં અને તેમા થોડુ પાણી નાંખી તપેલીમા નાખવા તે ઉપર ઢાકણું ઢાકવુ અને તે ઢાકણામા પણ પાણી નાંખી મદાગ્નિ ઉપર ચાર ઉભરા આવતા સુધી શીજવવા. પછી ફુલ ચોળી નાંખી તેમાથી પાશેર સુધી પાણી કાઢી શકિતનુ ૨૫ પાણીમા સોરોખાર બે માસા સુધી મેળવી પીવાથી સુત્રરેચ સારો થાય છે.

૩૮ કાળી દ્રાક્ષ ચાર તોલા સુધી જરા ધોઇ નાખી રાત્રે ટાઢુ પાણી નાખી કાચના કે માટીના વાસણમા પલાળી રાખવી સવારે તેને ચોળી નાખી પાણી કપડે ગાળી લેઇ કુચા ફેકી દેવા અને પેહુ પાણી લેવુ તેમાં થોડુ જીરૂ બારીક વાટી મેળવી એક શેર સુધી શકિત પ્રમાણે પાણી પીવાથી મુત્ર દ્વારે કરકી નીકળી જાય છે પ્રકૃતીવરામ કોઇને જુલાબ પણ લાગે છે

૩૯ ઇંદ્રીના ફુલની ચામડી ઉતરી ગઇ હોય તો સુખડનુ તેલ છોલાયેલા ભાગ ઊપર રૂના પુમડાથી દીવસમા ત્રણ અથવા ચાર વખત ચોપડવુ. ઊપર પ્રમાણે પાચ દિવસ કરવાથી ફાયદો થાય છે.

૪૦ ઇદ્રીની ચામડી ન ચડે તેનો ઉપાય ચંબેલીનુ તેલ દીવસમા વાર ત્રણ ચોપડે તો ચડે અથવા તે તેલના ટીપા નાખવાથી ચઢે.

૪૧ ઇદ્રીની ચામડી ઉતરી ગઇ હોય ને ચઢતી ન હોય તેનો ઊપાય લોઢી ચુલા પર મુકી તેમા પાણી નવટાક નાખી મીઠાની પોટલી કરી પાણીમા પોટલી બોળી શેક કરે

૪૨ ઇદ્રીના મસા બાળવાની દવા મોરથુથુ ફુલાવેલુ તોલો ॥ હરતાળ તોલો ॥ ચુનો તોલો ॥ એટલી જણસને વાટી વસ્ત્રગાળ કરીને રતનજોતના થડના રસમા મેળવી ધુગી લેપ જોઇતી દવાનો કરે.

૪૩ ઇંદ્રીના મસા બાળવાની દવા, મુલતાની માટી ચાર તોલા કથ્થાનો સફેદો ચાર તોલા ગર્મ તોલા ત્રણ મોરથુથુ તોલા પા ચુનો તોલો એક એટલી જણસોને વાટી વસ્ત્રગાળ કરીને પાણીમા ચોપડે તો મસા જાય સહી

૪૪ ઇંદ્રીની ચામડી ઉતરી હોય તથા સોજો હોય તેની દવા, માછલીના ભીંગડા આદમીનાવાળ કાદાના સુકા પાતરા એને ખાડીઆતસ પર મુકી ધુણી લે તો મટે દીન ત્રણ સુધી

૪૫ ઇંદ્રી ઉપરની ચાદીની ધુણી રસ કપુર તોલા ચાર ગોખરૂ તોલા બાર એ બન્નેને વાટી વસ્ત્રગાળ કરીને દીન ૭ સુધી ધુણી આપે ને મલમની પટી મારે.

૪૬ ચાંદી ઉપરની ગોળી ઘશી ચોપડવાની જગાલ તોલા ત્રણને વાટી વસ્ત્રગાળ કરીને લીંબુ રસમા ગોળી વાળીને દિન સાત ઘશી ચોપડે.

૪૭ ઇંદ્રી ઉપરની ચાદીની દવા છે. ફટકડી શેર પા ને દેવતા ઉપર ફુલાવવી તેને ખુબ ખાન કરી વસ્ત્રગાળ કરવી અને ચાદી ઉપર દિવસમા ત્રણચાર વાર દાબવાથી રૂઝ આવે છે

૪૮ ઇંદ્રી ઉપરની ચાદીની દવા છે. હીમજી હરડે તોલો એક સફેદ કાથો તોલા બે ફુલાવેલો, રસ કપુર તોલો અડધો સોપારી, તોલા બે સોનાગેરૂ તોલો અડધો, મોટી હરડે

તોલા બે, સોપારી બાફેલી ને બાળવી પછી બધી જણુસનું વસ્ત્ર ગાળ ચુર્ણ કરી ખુબ ઘુટી તે દવા ઉપર દબાવવી.

૪૯ ઇંદ્રી પરની ચાદી ત્યા હરેક જગો પર દાબવાની દવા છે. કોડી સેર પાને વાટી કુલડીમાં ભરીને બાળીને સફેદ કરવી. લીબુ રસમાં ખલ કરવો ને સુકાએથી તેની ભુકી દાબે અથવા ગોળી કરી રાખે તે ઘશીને ચોપડે.

૫૦ ઇંદ્રી પરની ચાંદીનો ઇલાજ. ખાટખટુમડાના કદને પાંણીમા ઘશી તેનો લેપ કરે ઉપર અલસીનાં ઝાડાને વાટી વસ્ત્રગાળ કરી ભભરાવે ને દાબે દીન ૭ સુધી રૂઝ આવશે.

૫૧ ઇદ્રી પરની ચાંદીનો અરજુન સાદડાની છાલ (અતરછાલ)સુકાવીને તેને વસ્ત્ર ગાળ ચુર્ણ કરવું તેને બારીક ઘુટી ચાંદી પર દબાવેતો ચાદી સુકાઇ જાય.

૫૨ ચાદીની દાબવાની કોરી દવા છે. કોડી તોલા બેને બાળી સફેદ કરવી, કાથો ધોળો તોલો એક આળશી તોલો એક, શેકેલી રાતી સોપારી તોલો એક, મોગરાની સુકીજડ તોલો એક, રાતી સોપારીને બાળી અદકચરી કરવી એને વસ્ત્રગાળ કરી ઘુંટી ઉપર દબાવે, વાસી થુક ચોપડી દબાવે તો રૂઝ આવે.

૫૩ ઈંદ્રીપર ત્થા બીજી જગો ઉપર ચાદી હોય તે પર ઘોડાની નળીનું હાટકું બાળી કપડે ચાળી બારીક દબાવે તો રૂઝ આવે.

૫૪ ઇદ્રીનો સોજો ઉતરવાની દવા, લવીંગનો મોર તથા બાફેલી સોપારી તથા સોનાગેરૂ એ ત્રણેને વાટી આતસ ઉપર નાખી ધુણી લે.

૫૫. ઈદ્રીના સોજાની ધુમાડી—લીમડાના સુકા પાન—કાંદાનાં સુકા પાન તથા ઇસપગુલ એટલી જણસને વાટી વસ્ત્રગાળ કરી આતસપર મુકી ધુણી દિવસ પાચ સાત સુધી લે તો સોજો નરમ પડે

૫૬. ઇદ્રીએ સોજો હોય તેની ધુણી રસકપુર તોલો અડધો—હીંગળોક તોલો એક એને આતસપર વાટી મુકી ધુણી દીન ૪ સુધી લે તો સોજો ઉતરે.

૫૭. ઇદ્રી પરની ચાદીની ચોપડવાની દવા છે—મોટી હરડે તોલો એક—અરીઠા તોલો એક બેઢાં તોલો એક માયફળ તોલો એક, આમળા તોલો એક, હીમજ તોલો એક, એટલી જણસ વાટી વસ્ત્રગાળ કરી મધમાં મેળવી ચોપડવી.

૫૮. ઇદ્રી પર ચાદી હોય તેની પીવાની દવા લખી છે દિન ૧ના વજનની, અજમો માસા ૩ ધાણા માસા બે, સાકર માસા ચાર, મેદીના પાન માસા ચાર લીવા, વરીઆળી માસા બે એને બારીક વાટી પાણી શેર પામાં સરબત કરી પીએ.

૫૯ ગરમીની ચાદીની ગોળીયો ખાવાની છે. રસકપુર તોલા પાચ, જાયફળ તોલો એક ઇનાય ચીતોલો પુણો એ ત્રણ જણસને વાટી વસ્ત્રગાળ કરી પાંનના રસમાં ગોળી ચણીબોર જેવડી કરવી તે ખાવી અને પથ્ય સકત પાળે તો મટે બીજી દવાથી આરામ ન થાય તોજ ખવરાવવી.

૬૦ ચાંદી ઉપરની ગોળી ખાવાની. બોદારસીંગ તોલા બે, કાથો તોલો અડધો ધોળો બાળવો, રૂમી મસ્તકી તોલો એક, મધ તોલો પા ઉપરની જણસને વસ્ત્રગાળ કરી મધ મેળવી ગોળી વાળવી ન વળે તો પાણી નાખી વાળવી તોલા પા ની વાળવી. સવાર સાંજ પાણી સાથે લેવી પથ્ય સકત પાળવુ

૬૧ છઠી જુલાબની દવા છે, સોનામુખી તોલા બે ઇલાયચી તોલા બે. સાહાજીરૂ તોલા બે. રેવચીની લાકડી તોલો એક. સુરોખાર તોલો એક, હીમજી હરડે તોલા બે એ-ટલી જણસને વાટીને વસ્ત્રગાળ કરીને પડીકું એક માસાચારનું બાધવુને દુધ ગાયનું શેર અડધો ત્યા તેમાં પાંણી શેર અડધો મેળવવું તેમા પડીકું નાખી પીવુ.

૬૨ જુલાબ ઇંદ્રીએ સેવાનો. પરમીયા ઉપર રેવંચીની ખટાઇ તોલો પાસોનાગેરૂ તો-લો પા માલમ તોલો પા સાકર તોલા અઢી ઇલાયચી તોલો પા કલમી સોરો (સુરો ખા-ર) તોલો અડધો એ સરવે રકમને ઝીણુ ખાંડીને ભાગ ત્રણ કરીને ભાગ એકમા ગાયનુ દુધ શેર અડધો ત્યા પાણી શેર અડધો નાખીને એક વાસણમાથી બીજામાં રેડવું એમ એકસો એકવીસ વખત રેડી પછી પીવુ તો પ્રમેહ જાય સહી.

ધીર્ઘવૃદ્ધના ઉપાય.

આપણા મનુષ્ય શરીરની વૃદ્ધિ બળ અને જીવન એ સુદ્ધ ખાનપાનાદિ ઉપર આધાર રાખે છે. આપણા શરીરને જે જે તત્વોની જરૂર પડે છે તે તે તત્વો કુદરત ખાનપાનાદિ દ્વારા આપણને પૂરાં પાડે છે. મનુષ્ય નો આહાર અન્નફળ કંદમૂળ શાક ભાજી દુધ દહીં અને અનેક જાતનાં અનાજો એ છે. વળી કેટલાક મનુષ્યનો આહાર ઉપરના અહાર શીવાય માસનો પણ હોય છે. તમામ જાતના અનાજો કંદમૂળ શાકભાજી વિગેરે આપણી પૃથ્વિમાતા ઉપર ઉગે છે અને પોતાને જોઇતા તત્વો અને રસો પ્રથ્વિમાંથીજ ખેંચી લે છે. મનુષ્ય શી વાંયનાં પ્રાણીઓનું જીવન વનસ્પતી ઉપર હોય છે. એટલે માંસ ભક્ષક પ્રાણીઓનાં શરીરો-માં પણ તમાંમ તત્વો પ્રથ્વિમાંથી "ઓરગેનિક" રૂપમાં આવે છે જે તત્વોની મનુષ્ય શરિરને અગર પ્રાણીઓના શરિરને જરૂર છે, તેવાં તત્વો જેવાંકે ઓક્ષીઝન નાઇટ્રોજન હ-ઇડ્રોજન ઇત્યાદી, આપણે યાત્રિક મદદથી વાતાવરણમાંથી કે બીજા પદાર્થમાં ઉતપન્ન કરી તે મનુષ્ય શરિરમા કે પ્રાણીઓના શરિરમા દાખલ કરીએ અને તેના બદલામાં ખા-ન પાન બધ કરીએ તો મનુષ્ય શરિરનુકે પ્રાંણીઓના શરિરનુ જીવન ટકી શકે નહીં. આ વાત પ્રયોગથી નિર્વિવાદ સાબીત થઇ ચુકીછે તેથી આપણી કાષ્ટાદી દવા ચુર્ણ કવાથ આમવ અવલેહના રૂપમાં આપીએનો તે હોજરીમાં ગયા પછી તેનો રસ થઇ આપણા શરિરની ક્રીયાથી રક્ત સાથે મળી જાય છે, અર્થાત તે રક્તરૂપ બની જાય છે પરંતુ તેને અર્કે કે બીજા રૂપમાં ફેરવી નાંખીએ અને ટીન્ચર કે વાઇનમ કે ઇસેન્સના રૂપમાં અલ્કહોલ કે રેક્ટીફાઇડ સ્પિરિટ વીગેરે મેળવી બનાવીએ તો તે આપણી હોજરીમાં ગયા પછી તેનો રસ થઇ આપણા લોહી સાથે મળી જશે નહીં. જેમાં કાષ્ટાદિ ઔષધીને મુળરૂપમાં શરિ-રમાં દાખલ કરવાથી તેમાં રહેલા ગુણ દોષની અસર આપણા શરીર ઉપર થાય છે એટલે એમાં રહેલાં તત્વો ઓર્ગેનીક રૂપમા આપણા શરીરમાં દાખલ થાય છે.

આથી કરીને ખનીજ પદાર્થો "ઇન ઓરગેનીક" રૂપમાં દાખલ કરવામાં આવે છે તો તે દીર્ઘકાલ સુધી રક્તમાં મળી જતા નથી અને જુદાને જુદાજ શરિરમાં રહે છે જેથી પર દેશથી આવતા દવાઓ કે જે મુળરૂપથી બદલાઇ ગએલી હોય છે તેની અસર તે દવાઓમાં મીશ્ર કરેલા આલ્કહોલ બ્રેન્ડી કે રેક્ટીફાઇડ સ્પિરિટને લીધે તાતકાલિક શરિર ઉપર જણાય છે પરતુ તે દવાનો અમલ પુરો થયા પછી રહેતો નથી જેથી અમે આ લેખમાં સ્વદેશી કાષ્ટાદિ દવાઓજ દાખલ કરેલી છે

- વિર્યનું સ્તંભન કરવાને માટે હાલમા કેટલી માકુતીયો માહાજનમાં અને પાકા ફીત્ત અફીણ જેવી નીશાની ચીજોથી મીશ્રીત કરેલી ગોળીયોની સેંકડો જાહેરાતો બાહાર પડવા લાગી છે. અને વીર્ય હીન થએલા જુવાનો અને વૃધ્ધો તેની દવાઓનો ઉપયોગ કરે છે તેથી ફાયદાને બદલે તેઓ અત્યંત નુકશાન વહોરી લે છે.

કામશાસ્ત્ર અને રતિશાસ્ત્રાદી ગ્રંથોમા આગવના રૂષીઓ કહી ગયા છે કે જો પુરૂષમાં શક્તિ નહી હશે તો અમે ગ્રંથમા વર્ણન કરેલા સ્તંભનાદી સઘળા પ્રયોગો નકામા ને નુકશાન કારક છે. તેથી શરીરમાં બળ અને વીર્યની વૃધ્ધિ કરનાર ઉપાયો પ્રથમ કરવાની જરૂર છે

૧ ભોંયરિંગણીના પંચાંગના રસને સુર્યપુટ ભોયરિંગણીના ભુકાને આપવો એવા કેટલાક પૂટ આપ્યા પછી તે ભુકો સાકર અને મધ સાથે ચાટવાથી પુરૂષમાં દશ સ્ત્રી સાથે વિહાર કરવાનું સામર્થ્ય આવે છે.

૨ આમળાની છાલના ભુકાને આમળાના રસનો સૂર્યપુટ આપવો એવા બની શકે તેટલા સૂર્યપુટ એ ભુકાને આપવા. તે ભુકો ઘી સાકર અને મધ સાથે રાત્રીની વખતે ચાટવાથી વૃદ્ધ માણસ પણ જુવાન માણસની પેઠે થાક વગરનો થશે.

૩ કૌંવચ બીજની મીંજ, ગોખરૂ, કાકડીનાં બીજ અને શતાવરી એ વસ્તુઓનું સમભાગ ચૂર્ણ દુધ સાથે લેવાથી પણ શરિર પુષ્ટ થાય છે.

૪ ગાયના દુધમા ખાંડ મેળવી તે દુધનો પુટ અડદની દાળને આપી તડકે સુકવવી એવા ત્રણ પૂટ આપી પછી તે દાળને દળવી તેના લોટના વડા ઘીમાં તળી કરવા તે વડાં પ્રદોષ વખતે ખાવાથી વૃદ્ધ પણ પ્રબળ થઇ અનેક સ્ત્રીઓ સાથે વિહાર કરે તેનું તેનામા સામર્થ્ય આવે છે.

૫ મહુડાની છાલનું વસ્ત્રગાળ ,ચૂર્ણ માસા દસ બારીક ખલીને ઘી અને મધમા દરરોજ ખાતા ગયાં તો ઉપર પ્રમાણે સામર્થ્ય આવે છે

૬ ધોળા બીજનો એખરો અને સામો મળી દસમાસા લેવો. તેનુ બારીક ચૂર્ણ ખલ કરી કરવું તે ચૂર્ણ મધમા મેળવી દરરોજ ખાવાથી અત્યંત સામર્થ્ય આવે છે.

૭ શીમલાના મુળના રસમાં તેટલુંજ ઘી તથા દુધ મેળવવું પછી તેમા થોડી ખાંડ અને મધ મેળવી પીવાથી શરીર બળવાન થશે.

૮ લોહભસ્મ શતપૂટી એક વાલ સુધીની ત્રીફળાં તથા જેઠીમધના ચૂર્ણયુક્ત મધ અને ઘી સાથે જે માણસ સૂર્યાસ્ત વખતે ખાશે તેનામાં અત્યંત સામર્થ્ય આવશે.

૯ લીલી દ્રાક્ષનો રસ શેર ૧ કાઢીએ તેમાં ઇલાયચી, જાયફળ લવીંગ જાવ ત્રી, કાળી મુસલી ગાજરનાં બીજ અને પિસ્તાં એ ચાર ચાર ટાંક લેઈ તેને બારીક ખાંડી તેનું વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ કરવું તેમાં ઘી ટાંક ૪ નાંખી કરમોવવું, પછી તે ચૂર્ણ પેલી દ્રાક્ષના રસમાં મેળવવું પછી કલાઇવાળા કે માટીના વાસણમાં ઘાલી મજબુત મોઢું બંધ કરી તડકે રાખવું દીન ૧૪ સુધી તડકે સુકવું પછી તેમાંથી નવટાંક રાતે વાળુ કરી સુતી વખત ખાવું ઉપર તાંબુલ (પાંનનું બીડું) ખાવું પથ્યમાં તેલ મરચુ આમલી બંધ કરી દુધવાળું ભોજન કરવું કામ વધે કંદર્પ ઘણો હોય એમ કોકદેવ કહે છે

૧૦ ગાજરને છોલી કકડા કરી પાણીમાં બાફીએ પછી તેને લુછી કોરા કરી ગાયના

દુધ ઉત્પન્ન કરનાર અવયવો કાંઇ મજ્જા તંતુના દોષને લીધે અગર જન્મથી વધારે તેવા લક્ષણને લીધે દુધ વિશેષ પેદા થાય છે, અને બાળક ધાવતું ન હોય તો દુધ સ્તનમાંથી થોડુ થોડુ નીકળ્યા કરે છે

પરિણામ—દુધ વધારે પેદા થવાથી બાળકને થોડુ નુકશાન થાય છે, પરંતુ તેની માના શરીરને ઘણી હરકત પહોચે છે, તે નબળી પડતી જાય છે, તેનું શરીર કૃશ થાય છે, મજ્જા તંતુઓ ઘસાઇને ક્ષીણ થાય છે, તેથી મગજની પણ નબળાઇ લાગે છે, કેટ વાર માથુ દુખવાનો રોગ થાય છે, વખતે સ્ત્રી બ્હેરી થવા લાગે છે, કે આંખે પુરૂ દેખી શકતી નથી, એમ કરતા કરતા તેણી તદ્દન ગાંડી થઇ જાય છે ગાંડપણમા તેણી પોતાનો અગર બીજા માણસોનો જીવ લેવા તત્પર થાય છે કેટલીક સ્ત્રીઓ આ રોગમાથી ગાંડી થઇને પોતાના બાળકને મારી નાખવા માડે છે ધાવણથી માને જ્યારે ઉધ આવે નહિ શરીર અશક્ત લાગ્યા કરે, કમ્મરમા દુખાવો થાય, હાથ પગ થડા રહ્યા કરે, જરાપણ શ્રમ લેવાથી છાતીમા થડકારો થાય છે, અને શ્વાસ ચડી આવે, ફેર ચડે, ઇત્યાદિ લક્ષણો થાય, ત્યારે ઉપાય કર્યા વિના રહેવુ નહિ. કોઇવાર જો સ્ત્રી ગાંડી થતી નથી, તો તેને ક્ષય થાય છે, કે વખતે હાથે પગે સોજા ચડે છે

૫. સ્તનનો વરમ.

(Mastitis)

બાળકને ધવરાવનારી સ્ત્રીઓને એક અગર બન્ને સ્તનમા કેટલીકવાર વરમ થઇ આવે છે, અને વખતે સ્તન પાકે છે

કારણ:—જ્યારે સ્તનમાથી ધાવણ નીકળવુ શરૂ થયુ હોય, ત્યારે તે બહુ કોમળ અને નાજુક હોય છે આ વખતે જો થડો પવન લાગે, તો વરમ થઇ આવે છે કેટલીક સ્ત્રીઓની પ્રકૃતિજ એવી હોય છે કે તેમના સ્તનને આવે વખતે કાંઇ વાગવાથી, કાંઇ કઠણ વસ્તુનો સ્પર્શ થવાથી, અંદર ધાવણ ભરાઈ રહેવાથી ને કોઇવાર તો કાંઇપણ દેખીતા કારણ વિના વરમ થઇ આવે છે પ્રથમ પ્રસવ પછી ઘણું કરીને આવો વરમ થાય છે

ચિન્હ—ટાઢ આવે છે, સ્તનમા દાહને ગરમી લાગે છે, તીક્ષ્ણ ભાલો ભોંક્યાના જેવુ દરદ થાય છે, કોઇવાર સ્તનમા ઉંડુ અને લબકારા મારતુ દરદ થાય છે, સ્તન ... થઇને સુજી આવે છે, અને શરીરમા બહુ કળતર બેચેની વગેરે જણાય છે

REGISTERED No. B. 778.

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાની નૂતન શોધખોળોનાં
ઉત્તમ રહસ્યોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતું લોકપ્રિય વૈદ્યકીય માસિક.

ધન્વંતરી.

DHANVANTARI.

દરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.] ઑગસ્ટ, ૧૯૧૦. અંક ૮ મો.

સદ્‌ગત તંત્રી—ડૉ. મંજુલાલ ભોગીલાલ કંથારીઆકર.
એમ. સી. પી. એસ., એમ. સી. એચ. સી. (કલકત્તા.)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મસીના માલેક,
ભોગીલાલ ત્રીકમલાલ વકીલ.
વીસનગર—ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોસ્ટેજ સાથે અગાઉથી ૨—૦—૦. છુટી નકલના ૦—૩—૦.

સોરઠો.

મોજ મજાહમાં રોજ, રહેવું હોય જો ભાવરી;
ખોજ સહિત પ્રતિરોજ, તો વાંચો "ધન્વંતરી."

"શ્રી સત્યનારાયણ" પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ—ધી કાંટા—અમદાવાદ.

Any set of men who have to resort to law to uphold their "science", against all others, expose its *weakness*, and their *incompetence* and *cowardice*.

Such weak-legged "science" ought to fall, and it will, when the people are thoroughly acquainted with its dastardly methods! Why can't the "regulars" stand on their own merits? Because there is no merit in poison or pus (medicines & serums) for the ills of humanity!

Why do they imagine a man hasn't just as much *right* to choose his own method of healing or "healer", as to choose his minister, lawyer, carpenter or cook? Do they imagine the people are such imbeciles as to be fettered in such a way, in regard to that which most *vitally* concerns their health, success and life. The death-knell of the poison-trade will be sounded when its advocates will try to force it on the people by police regulations, and protection laws! and endeavour to drive all who do not have a diploma from a *poison school or college* out of the business of helping suffering humanity!

It is like the Mohammedan conquerors, who compelled converts to their faith at the point of the sword!

When medical science is, in this century, after 2,000 years of—yes, of what?—*guess work, ignorance* and *barbarity*, still so far gone and powerless before disease as to have to resort to diseased animal pus, filthy serums and deadly, nauseous poisons, what can any man who has a brain to think with, think of it?

Do the people value their health and life at all, or are they not minding how quickly they get out of this present life?

Do they really *love* their own flesh and blood, or are they indifferent as to what diseased filth the medical men or health (!) officers inject into their children's blood?

Several children I know of have nearly lost their arms from vaccination, two near here have been *killed* by it!

One little girl has had *spasms* ever since her diphtheria

was "cured" with anti-toxin! It was injected in every other member of her family, and none have seen a well day since!!

A friend of mine said to the father of the child: "What made you *allow* such a thing? Haven't you got a shotgun in your house"? The father's mouth is muzzled, as he would lose his *position* if he said anything about it! I say, damn such performances! Any man who inoculates cow-pus, or any othar diseased filth into the circulation of a child, is a criminal-and a fool! and the father of the child would be beneath God's brute creation, which give their *lives* to defend their young, if he would spare the *poisoner* of *his child's blood*! All have enough to battle against in life's struggle without having disease inoculated into their systems! Any man who says that doesn't introduce disease into the system tells a falsehood!—it is blood poison itself! Is it any wonder thousands of children perish in the battle against such enormous, criminal odds? We read with horror of the atrocious crimes perpetrated upon the poor, ignorant African of the Congo *Free* (!) State; of hands and arms being cut off for tribute, but our eyes are closed to the fact that many in our own civilized (!) land have lost their arms and their lives through that crimianl idiocy—vaccination!

If I knew that vaccination prevented smallpox (which I *know* it does not), I would no more think of having my children vaccinated with cow-pox than with syphilis, to prevent that terrible disease! I prefer *pure blood* and *health* to *combat*, *prevent* or cure ANY disease, but there is no *filthy lucre* in that for doctors, druggist, health boards or undertakers, so they have been playing this pus and poison game on the stupid public for several generations, and are laying the sure foundations, for a weakly, consumptive, scrofulous, syphilitic, and generally diseased, short-lived race!

We are far from being out of barbarism yet. The sick have their stomachs filled with nauseous poisons, and the well have their *blood* filled with pus!!!

મતનો નથી. એજ બ્લૉકમાં એક રજપુત પોલીસ ઇન્સ્પેક્ટર રહેતા હતા. તેઓ આગમચથી ખબર આપ્યા વગર આવ્યા હતા, અને ચઢાણ ઉપર એકદમ ચઢવાથી તેમનાં ફેફસાંમાંથી લોહી પડવા માંડ્યું, અને તેઓ આખરે મરણ પામ્યા. એક શીખ જવાનની સારવાર તેનો ખવાસ અને દાદો બન્ને કરે છે, દીલ્લીના એક ઇસ્લામી ગૃહસ્થ પોતાની પુત્રીને લાવવાના હતા, પણ તે બિચારી અત્રે આવતા અગાઉજ મરણ પામી. પણ તેઓ પોતાના પુત્રને લેઇને ઉતાવળા અહિં આવ્યા છે, કારણ કે તે પણ ક્ષયની પહેલી હાલતમાં સપડાયો છે.

છઠ્ઠા બ્લૉકમાં ફીરોઝપુરની એક સુધારક પારસી બાનુ છે. તેઓ જો આ દુષ્ટ બિમારીમાં સપડાયાં નહિ હોત તો "સેવાસદન" ની સંસ્થામાં જોડાવાનાં હતાં. તેની બિમારી આગળ વધેલી છે, તેનો ભાઇ તેની સારવાર કરે છે. અને સુપરીન્ટેન્ડન્ટ પણ ખાસ ધ્યાન આપે છે. ઇંગ્રેજી તે સારી રીતે બોલી શકે છે, અને જો તે સાજી થશે તો સેવાસદનને તેથી સારો લાભ થવાનો સંભવ છે.

સાતમા બ્લૉકમાં સિંધના એક જવાન પોતાના પિતા સાથે થોડા દિવસ રહ્યા. અને પછી તેઓ બન્ને હરદ્વાર અને અમૃતસર તરફ ઉપડી ગયા હતા. બે દરદીઓ ક્ષયની આગળ વધેલી હાલતમાં હોવાથી પાછા ફર્યા હતા. **આ આશ્રમ ક્ષયની આગળ વધેલી હાલતમાં આવેલા દરદીઓ માટે ઉપયોગી નથી.** પણ તેવા દરદીઓને ના કહેવાનું કામ સુપરીન્ટેન્ડંટને મુશ્કેલ લાગે છે. તે ઉપરાંત ત્રણ બહારના દરદીઓ હતા."

ધરમપોરના સેનેટોરીયમના એક વર્ષના રિપોર્ટનો ઉપર પ્રમાણે હેવાલ વાંચતાં થોડો ઘણો સંતોષ થાય છે, છતાં દીલગીરી સાથે અમારે લખવું પડે છે કે, " **આ આશ્રમ ક્ષયની આગળ વધેલી હાલતમાં આવેલા દરદીઓ માટે ઉપયોગી નથી** " એ વાત જાણી અમને ઘણોજ અસંતોષ અને ખેદ ઉપજે છે. કારણ કે, અમુક માણસને ક્ષયરોગજ લાગુ પડ્યો છે તેનો ખાત્રી પૂર્વક નિર્ણય, ક્ષયની કહેવાતી પહેલી અવસ્થામાં બહુ જવલ્લેજ થતો જોવામાં આવે છે. દાખલા તરીકે ડૉક્ટર જે ડબલ્યુ. વીલસન કહે છે કે, Like a serpent in the grass or among stones lying in ambush for its prey, consumption often begings to do its destroying work before it manifests itself openly. " પોતાના શિકારની વાટ જોઇને ઘાસ નીચે કે પથરામાં સંતાઇ બેઠેલા સર્પની માફક, ક્ષયરોગ ખુલ્લીરીતે પ્રગટ માલૂમ પડતા પહેલાં, શરીરનો નાશ કરવાનું કામ શિરૂ કરી દે છે. " અને તેથી આ ભયંકર રોગનાં મૂળ શરીરમાં ઉંડાં નંખાઇને તેનું બળ શરીરમાં બહુ જામી ગયા પછીજ, સામાન્ય લોકોને આ વ્યાધિની હયાતીનો ખ્યાલ આવી શકે છે. વળી મેઘ ધનુષના વિવિધ રંગોની માફક ક્ષયની કહેવાતી ત્રણ જુદી જુદી અવસ્થાઓ એકમાંથી બીજામાં એવી તો ધીરે રહીને બદલાઇ જાય છે કે દરદી પહેલી, બીજી, કે ત્રીજી સ્થિતિમાં છે તેનો ચોક્કસ નિર્ણય માત્ર કુશળ અનુભવીઓજ કરી શકે છે. વળી એક પછી એક આ ત્રણે અવસ્થાઓ અથવા " તબક્કા "ઓમાં થઇને દરેક દરદી પસાર થાય છે જ, એવો કાંઇ ખાસ નિયમ નથી. કેટલીક વાર આ રોગ શરૂ થયા પછી વર્ષોનાં વર્ષો સુધી લંબાય છે ત્યારે તેને જીર્ણક્ષય Chronic Consumption કહે છે. વળી બીજા કોઇ કોઇ દાખલામાં આ રોગ ડંક

મુદતમાં બહુજ ભયંકર રૂપ ધારણ કરી, દરદીને થોડાકજ સમયમાં છેક શિથિલ કરી તેનો જીવ લે છે. આવા જલદીથી બહુ વધી જતા રોગને ઉન્મત્ત ત્વરિત ક્ષય અથવા Phthisis Florida or Galloping Consumption, or Acute Pulmonary Phthisis—" થાઇસીસ ફ્લોરીડા," અથવા "ગેલપીંગ કૉન્સમશન," યાતો "એક્યુટ પલમોનરી થાઇસીસ" કહે છે.

હવે ઉપર લખ્યા પ્રમાણે જ્યારે ક્ષયને તેની શીરૂઆતમાંજ પારખી કહાડવાનું કામ મુશ્કેલી ભરેલું છે, વળી તે જણ્યા પછી પણ સીમલા જેટલા દુરના સ્થળે મોકલવા માટે તૈયારીઓ કરવામાં કેટલોક વખત જતો રહેવાનો બહુ સંભવ હોવાથી, અને તેટલામાં જો ક્ષય રોગ બીજી યા તેથી પણ જરા આગળની સ્થિતિમાં દાખલ થાય તો તેમને બચાવવાની થોડીજ આશા આ સેનેટોરીયમ આપી શકે એ શું ઓછી ખેદની વાત છે? વળી **ત્વરિત ક્ષય** ને માટે તો તે એથી પણ ઓછી મદદ અને આશા આપી શકે. સાધારણ સ્થિતિના અને ગરીબ લોકોને તો આ સેનેટોરીયમ યા આશ્રમનો લાભ લેવામાં વધારે અડચણો નડવાનો સંભવ છે. અને અનેક હાડમારીઓ વેઠીને કદાચ તેઓ ત્યાં પહોંચે તો પણ તેમની જીંદગી બચવાની ખાત્રી મળી શકતી નથી.

આ આશ્રમ સ્થાપવામાં થયેલા મોટા ખર્ચ અને મહેનતના પ્રમાણમાં આ પરિણામ કાંઇ બહુ ઉત્સાહ અર્પનાર નથી. અને પુરતી ફતેહ નહિ મળવાનું કારણ અમને તો એ જણાય છે કે કુદરતી ઉપચારોનો જોઇએ તેવી સારી રીતે ત્યાં લાભ લેવાતો નહિ હોય. કારણ કે જર્મની, ઇંગ્લેંન્ડ અને અમેરીકાનાં કેટલાક સેનેટોરીયમો યા આશ્રમો જ્યાં "**નેચરોપથી**" વિધાને આધારે ઉપચાર કરવામાં આવે છે, ત્યાં ક્ષયની ત્રણે સ્થિતિના દરદીઓ વધારે સંખ્યામાં સારા થાય છે આવા આશ્રમોમાંથી કેટલાક તો બિચારા નાનાં ઝુપડાં કે ઘરમાં હોય છે અને આજુ બાજુ માત્ર એક નાની સરખી વાડી હોય છે. ટુંકામાં, માત્ર બહુજ થોડા ખર્ચે ચાલતાં હોય છે, છતાં આપણા અહિંના મોટા સેનેટોરીયમ કરતાં ત્યાં વધારે મોટી સંખ્યામાં દરદીઓ સાજા થાય છે. કારણ માત્ર એટલુંજ કે ત્યાં દવાનો બીલકુલ ઉપયોગ કરવામાં આવતો નથી, પણ માત્ર નેચરોપથી વિધાને આધારેજ ઉપચારો કરવામાં આવે છે. આ નવીન ઉપચાર પદ્ધતિ કેવા પ્રકારની છે, તે પુરે પુરી સમજાય, અને સાધારણ સ્થિતિના લોકો પોતાને ઘેર બેઠે ક્ષયના દરદને નાબુદ કરી શકે તેવું એક પુસ્તક અમે બહાર પાડવાનો ઇરાદો રાખીયે છીયે જેથી થોડી મહેનતે પ્રજાને વધારે લાભ થશે, એમ અમારૂં ખાત્રી પૂર્વક માનવું છે.

સટીક કેશવકલ્યાણ.

(અનુસંધાન અંક પાંચમાના પૃષ્ટ ૨૧૫ થી.)

અનુવાદક પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.



(ગ્રીષ્મ રુતુ વર્ણન.)

જેષ્ઠ આષાઢ દો માસમેં, વૃષ મિથુન હોય ભાન;
ગ્રીષમ ઋતુ તબ જાનીયે, પકવ ભયે અંબવાન. ૬૩

જે સમય જેઠ અને આષાઢ મહીનો, તથા વૃષ અને મિથુન રાશિના સૂર્ય હોય તે સમયને ગ્રીષ્મ–ઉનાળો જાણવો કે જેમાં કેરીઓ પાકી જાય છે. ૬૩

(એ ઋતુ સબંધી વિશેષ ખુલાસા માટે ચોપાઈ.)

દિન દીરઘ રવિ કિર્ન તપૈયા, ધગત ધરન ખગ નીર ન પૈયા;
તૃણ મૃગગાત સુકત લુક ઝરહી, નૈઋત પવન પિત ગતી કરહી. ૬૪

એ મોસમમા દહાડો લાંબો (અને રાત ટુંકી) થાય છે, સૂર્યનાં કીર્ણો ઘણાં તાપકારી બને છે, જેથી જમીન તપી ઉઠે છે, પક્ષીઓને પાણી પણ પીવા યોગ્ય જડતું નથી. ઘાસ, હરિણના કંઠ અને મનુષ્યોનાં શરીર સુકાઇ જાય છે અને લૂ વાય છે. તથા નૈઋત ખૂણાનો પવન ચાલવાથી પિત્ત પોતાની પ્રબળતા વિશેષ વધારે છે. ૬૪

(એ સમયમાં શું ખાવું પીવું !)

શીત હવા ઠંડા જલ પીના, તરૂની કેલિ દુપહો સોના;
કેસર ચંદન ગુલાબ ફુંવારા, શીતલતા તન કરના સારા. ૬૫
પાકાદિક અન્ન ઔષધ સીતા, ચંદ્ર કલામેં શયન નચિંતા;
લીલાંબર તન પર તબ ધરના, ગ્રીષમ રીતુમેં ઇતના કરના. ૬૬

ટાઢી હવા મેળવી, ટાઢું પાણી પીવું (બરફ વગેરેથી ઠંડુ કરેલું હોય તે) સ્ત્રી સાથેનો આનંદ બપોર સમય લેવો, બપોર વખત આરામ લેવો, કેસર ચંદન ગુલાબજળ વગેરેનું લેપન, ફુંવારાની મજા લઇ શરીરને શીતળ ઉપાયો વડે સારી પેઠે શીતળતાવંત કરવું, પાક ઔષધીયોના પાક અથવા રસોઇ ગરમ મિજાજ વાળી ચીજો સહિત ન હોય તેનો ઉપયોગ કરવો, ચાંદનીની અંદર નિશ્ચિંતપણે (સભ્યતા પૂર્વક) સુઇ રહેવું અને લીલા રંગનાં વસ્ત્રો શરીરે પરિધાન કરવાં. મતલબ કે, આટલાં વાનાં ગ્રીષ્મ રીતુમાં અવશ્ય કરવાં જેથી પિત્તપ્રકોપ થવા ન પામે. ૬૫–૬૬

(વર્ષાઋતુ વર્ણન દોહા.)

શ્રાવણ ભાદો માસ યુગ, કર્ક સિંહ રવિ જોર;
બરષા રીતુ તબ જાનિયે, જબ બરસે ઘનઘોર. ૬૭

જે સમયની અંદર શ્રાવણ ભાદરવા મહીનામાં કર્ક અને સિંહ સંક્રાંતી હોય તથા વરસાદની ભારે વૃષ્ટિ થતી હોય, તે સમયને વર્ષારીતુ જાણવી. ૬૭

(અપૂર્ણ.)

ન્વર્વાગ તોલો ાા શનાવરી તોલો ૧ બીનબાવની માસા ૩ સાગરની મુસળી તોલો ાા અકલકરો તોલો ૧ પડવાસ તોલો ાા રૂમી મસ્તકી માસા ૩ સાલમ તોલો ૧ તજ તોલો ાા કસ્તુરી રતી ૨ ખારેક નગ ૪૧. ખારેક શીવાયની સર્વ વસ્તુનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી ખારેક ૪૧ માથી તેના ઠળીયા કાઢી નાખી ઉપરથી કાપી પોણા ભાગની રાખવી તેને દુધમાં ધીમાં તળવી કરમાસ એટલે ઉતારી તેમાં પેલું ચૂર્ણ ભરવું પછી તેને ચીનાઇ વાસણમા ભરી તેમા મધ શેર ૧) ત્યા ઘી શેર ૧ ભેળું કરી રેડવુ પછી વાસણનુ મો મજબુત બધ કરી ઘણી ગરમી હોય તે જગોએ કે ઉકરડામાં ખાડો ખોદી દાટવુ ૪૦ દીવસ રાખી પછી કાઢી તેમાથી એક ખારેક દરરોજ ખાવી ને ખોરાકમાં ઘીની તળેલી ચીજો ખાવી ઉપર પરેજ કરવી પુરૂષાર્થ ઘણું આવે છે.

૧૭ તજ તોલો ાા કાળી મુસલી તોલા ાા છુવારી ખારેક તોલા ૫ ઇલાયચી તોલો ૧ પીપલીમુળ તો. ૫ સુદ્ધ ગુગળ તોલા ાા બીનબાવની તોલા ાા અકલકરો તોલો ાા સાલમ તોલા ૫ મધ શેર ૨ ભેંસનું દુધ શેર ૨ સર્વને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ કરવું મધ અને દુધની ચાસણી બનાવી પેલી દવા મેળવી માજુમ બનાવવી વજન એથી ત્રણ તોલા સુધી લેવુ તેના ઉપર પરેજ રાખવી મરદી આવે કૌવત વધે સુસ્તી દુર કરે અને ઘણોજ ફાયદો કરે.

૧૮ ચીનીકબાબ તોલો ાા પીપળી મુળ તોલો ાા ખોરાસાની અજમો તોલો ાા એખરો તોલા ાા સુઠ તોલો ાા તજ તોલા ાા કેશરના બીજ તોલો ાા અકલકરો તોલો ાા જીરૂ વધારનુ તોલો ાા સફેદ મુસલી તોલો ાા માલ કાંકણા તોલો ાા ગોખરૂ તોલો ાા લીંડીપીપર તોલો ાા લવીંગ તોલો ાા નગોડના બીજ તોલો ાા કૌવચ બીજ તોલો ાા સુદ્ધ કરેલો વછનાગ તોલો ાા સર્વનુ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરીને મધમા ચણોમોર જેવડી ગોળી વાળવી દરરોજ સવાર સાજ એક એક ગોળી ખાવી કૌવત વધે સુસ્તી દુર કરે ધાતુ વધે ને બધેજ રહે.

૧૯ શુદ્ધ કરેલી ભાગ રૂ. ૧૦ ભાર ખડી સાકર રૂ ૫) ભાર મધ રૂ રાા ભાર ઘી રૂ ૩ાા ભાર સર્વને એકત્ર કરી તેનો આથો કરી રાખવો તેમાથી નીશો સહન થઇ શકે તેટલા પ્રમાણથી ખાવું રૂ ાા ભાર સુધીનુ તેનું પ્રમાણ છે આ પ્રયોગ લાબા વખત નો છે બે માસ આ આથો લે ને બધેજ સ્ત્રીસગનો રાખે તો ધાતુની સારી વૃદ્ધિ થાય છે ૭ માસ સુધી લેવાથી અતત ફાયદો છે.

૨૦ સુઠ તજ અકલકરો ચીનીકબાબ કોલીંજન મોચરસ જાયફલ લવીંગ જાવત્રી ગુલકદ રોમીમસ્તકી ખોરાસાની અજમો કેસર એ દરેક વસ્તુ એક એક તોલાના પ્રમાણથી લેવી ગુલકદ શીવાયની વસ્તુનુ વસ્ત્રગાળ બારીક ચૂર્ણ કરી તેમા ગુલકદ મેળવી બારીક ઘુટવુ એ ચૂર્ણના વજનથી બમણી સાકર લેવી અને એ બન્નેના વજન બરાબર મધ લેવું મધ સાકરની ચાસણી કરી પેલી દવાઓ નાખી એકત્ર કરી ચીની વાસણમા ભરી રાખવું તેનુ મો બધ કરી કપડ માટી કરી સુકવી બરણી ઘઉં કે જવની કે ડાંગેરની કોઠીમા દાબવી તળે ઉપર બધે દાણા રહેવા જોઇએ પછી કોઠીનું મો ઢાંકી ચાલીસ દીવસ દવા રહેવા દેવી. પછી દવાને કાઢી દરરોજ રૂ ાા ભારથી રૂ ૧) ભાર સુધી ખાવુ પંદર દીવસ સુધી સ્ત્રી પ્રસગનો ત્યાગ કરવો પરેજી રાખવી.

૨૧ ગાયનું તાજું દોહેલું ધારોષ્ણ દુધ શેર ૦ાા થી શેર ૧ સુધી લેવું, નવી તજ પાતળામાં પાતળી પતરાની લાવી તેને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી પછી સારી પેઠે ઘુંટવું. તે ચૂર્ણ ૩ ૦ાા ભાર સુધી પેલા તાજા દુધમાં મેળવી પીવું પંદર દીવસ આ પ્રયોગ કરવો સ્ત્રી સંગ કરવો નહી. અત્યંત ફાયદો થશે વધારે મુદત ચાલુ રાખવાથી પણ વધારે ફાયદો છે પથ્ય પાળવી.

૨૨. ગોખરૂ ૩ ૦ાા ભાર, સાકર ૩ ૦ાા ભાર, ઘી ૩ ૦ાા ભાર, મધ ૩ ૦ા ભાર સર્વ એકત્ર કરી ચાટી જવું તેજ દીવસે તેનો ગુણ જણાશે લાંબો વખત લેવાથી સારો ફાયદો જણાશે સ્ત્રી સંગથી દુર રહેવું.

સરકમ, સલેખમ, રસ, જુકામ, કોલ્ડ.

આ રોગ પ્રસિદ્ધ છે અને એ કોઇને નહી થયો હોય એવું ક્વચિતજ હશે.

નિશાની—હાથ પગ તથા આખું અંગ દુખે, નાક પહેલાં સુક્કુ લાગે, દમ લેવામાં અડચણ પડે, છીંક ઘણી આવે, માથામાં દરદ થાય, નાક બંધ થઈ જાય, નાકે કંઇ વાસ આવે નહી. આંખમાંથી પાણી નીતરે; પછી નાકમાંથી પાણી ટપકવા લાગે, ગળુ પણ કોઇ વેળા અંદરથી સુજી આવે અને કંઈ વસ્તુ ગળતાં ગળામાં દુખે, અવાજ ખોખરો થાય, ટાઢ ચઢી આવે, નાડી ઉતાવળી ચાલે, અંગ ગરમ થાય, જીભ મેલવાળી હોય, પેટ કબજ રહે. કોઇ વેળા સરકમ સહજ થઇ મટી જાય, અને કોઈ વેળા તે વધીને તેની સાથે ખાસી શીરૂ થાય. અને તેની શીરૂવાતમાં તાળુવાના ભાગમાં આગ પણ બળે. જ્યારે સરકમ મટવા આવે ત્યારે પાતળું પાણી જેવું લીંટ આવતું હોય તે બદલાઇને જાડું અને પીળા રંગનું નિકળે, ઉપરની ઘણીખરી નિશાનીઓ સરકમમાં થયા વિના રહેતી નથી.

કારણો ઠંડી હવા લાગવાથી, અથવા હવામાં જલદી જલદી ફેરફાર થવાથી, અથવા રૂતુના ફરવાથી, અથવા ભીનાશની અસરથી આ રોગ થાય છે. એ કારણોથી નાકની અંદરના પડમાં સોજો પેદા થાય છે.

૧. અફીણ અને સુંઠને પાણીમાં ઘસી દેવતા ઉપર ઉનું કરી નાકે ને કપાળે ચોપડી શેક કરવામાં આવે છે.

૨. નાક અને કપાળ ઉપર દીવેલ ચોપડી તે ઉપર શેક કરવામાં આવે છે.

૩. સુઇ રહેતી વખતે અફીણની કાંકરી મોઢામાં રાખી રસ ગળતા જવું ને કડવા મોંઢે સુઇ રહેવાથી સરકમ મટે છે.

૪. સુઇ રહેતી વખતે શેકેલા ચણા ખાવા અને પાણી પીધા વગર ઉંઘી જવાથી ફાયદો થાય છે.

૫. ગાયના દુધમાં જાયફળ અને અફીણ ઘસી ચંદન પ્રમાણે નાક ઉપર અને કપાળે લેપ કરવાથી સરકમ મટે છે.

૬. સુંઠનો કાઢો સાકર નાંખી પીવાથી સરકમ મટે છે.

૭. નાક છીંકણી સુંઘવાથી. (ઉતાર—ઘીવાળી આંગળી કરી નાકમાં ફેરવવી.)

૮. તેલનો દીવો કરી તે દીવાની જ્યોતે હળદરનો કાંકરો શેકી, તેને બારીક વાટી, દુધ કીંવા ગોળ સાથે લેવાથી ઉધરસ અને સરકમ મટે છે.

૯ ઉના કસારમા ઉનું ઘી નાખી બળતા હાથે ખાવાથી સરકમ મટે છે. ત્રણ દિવસ એ પ્રમાણે કરવું જોઇએ

૧૦ સરકમ થવાથી મગજમા ચસકા આવે, માથુ દુખે, તેની દવા બદામનુ મગજ તોલો ૧ પીપલી મુળ તોલો ૧ સફેદ મુસલી તોલો ૧ તજ તોલો ૦॥ સરવે ખાંડી તેના પાંચ ભાગ કરવા તેમાથી ભાગ ૧ ઘીમા તળી તેમા ગોળનુ પાણી રેડી તેની રાબડી કરવી અને તે નીચે ઉતારી તેનો નાસ લેવો અને ટાઢી પડેથી પીવી, તેથી ઉપરના દરદો મટે છે.

૧૧ ખમખસના પોસ જવ બે ભાર, સુઠ જવ ૧ ભાર, ધાવડીના ફુલ જવ ૧ ભાર, ૭ શેર પાણીમા ઉકાળી સુતી વેળા રાત્રિ ૩ સુધી પીવાથી મટે

૧૨. ચોવીસ કલાક સુધી બીલકુલ પાણી નહી પીવાથી સરકમ મટે છે

૧૩ ઉનાબ દાણા ૭, સીપસ્તાન દાણા ૭ બનફશા તોલો ૦॥। ખસખસ તોલો ૦॥ અગર જો ઝાડો બધ હોય તો ઉપલી દવાના એક ખોરાકમા "શીરખેશત" યાને "માઉ" તોલો ૧ નાખી એક વાસણમા તે દવા મુકી, તેમા ખળખળતુ પાણી શેર ૦॥ નાખી, એક બે કલાક પલળવા દેવું પછી તેમાનુ પાણી ગાળી લેઇ તેમાથી બે ભાગ કરી સવારે અને સાજે તેમા સાકર મેળવી પીવુ

૧૪. નાકમાથી જાડુ અને સફેદ રગનુ કિંવા પીળા રગનુ લીંટ નીકળતું હોય અને નાકમા અગન બળતી ન હોય તો નીચે લખેલી દવાઓ સવાર સાજ બે વાર પોણોશેર પાણીમા ઉકાળી તેમાનુ નવટાંક પાણી રાખી દર વખત પીતીવેળા એ કાઢામા "તુરન જબીન" તોલા બે નાખી ગાળી લેઇને પીવુ દરરોજ આ દવા તાજી લેવી

જોફા તોલો ૦॥ જેઠીમધ છોલેલુ તોલો ૦॥। અજીર સુકા ૪ એ રીતે જણસોનો કાઢો ઉપર બતાવેલી રીતે લેવો

ઉપલો ઇલાજ કરતીવેળા ત્રણ દુધ પાણીનો બાફ આપવો અથવા "બાબુના" શેર ૦ા ને જીણા કપડામા પોટલી બાંધી એક તપેલી પાણી ભરી તેમા ઉકાળવુ અને તે પાણીનો બાફ આપવો બાફ આપતી વખતે આખુ અગ કપડાથી ઢાંકી લેવુ અને મોઢુ વખતે વખત ઉઘાડતા રહેવુ કે એક ગળા સુધી બાફ જાય અને ગળાનો સોજો નરમ પડે બાફ લેઇ રહ્યા પછી પરશેવો કપડાથી લોહી નાખવો અને કપડા બદલી નાખવા તથા શરીર પર પવન પેસવો નહિ

હાનનીજ બીજી શોધ પ્રમાણે સળેખમ અથવા સરખમની નીચે લખેલી દવાઓ છે –

૧૫ શ્લેષ્મને તેની શરૂવાતમાંજ બધ પાડવા માટે કપુરનો અર્ક એ એક અક્સીર ઉપાય છે જ્યારે આખમાથી પાણી ચાલવા માડે અને તેની સાથે નાકમા ઝઝણાટ થવા લાગે ત્યારે પતાસા ઉપર કપુરના અર્કના બે ત્રણ ટીપા રેડી તે પતાસુ ખાઇ જવુ આ પ્રમાણે દર પદર મીનીટને અતરે ચાર પાચ વખત કરવું તેની સાથે પગ સેકવા જોઇએ આ પ્રમાણે કરવાથી સળેખમ સરવાતમાજ બધ પડે છે

બાળકને માટે પતાસામા કપુરના અર્કનું એકજ ટીપુ રેડવું અને તે દવા પાચ છ વખત આપવી. ઉપલી દવા લેવાનો બીજો રસ્તો કે જે મોહોટી ઉમરના માણસો માટે પસદ કરવામાં આવે છે તે એ છેકે, એક ચમચો ભરીને સાકર એક પ્યાલામા નાખવી

શરીરમાં સંચીત થતા મળોનો ½ ભાગ વરાળરૂપ શરીરમાં ચાલતી ક્રીયાઓથી છે, અને તે ઉપર કહ્યા પ્રમાણે નાસિકા મુખ અને ચામડીના છિદ્રો દ્વારા બહાર નીકળે છે.—નાસિકા દ્વારા એ કેવી રીતે પ્રવાહી મળ નીકળે છે તેનો ઉપરના શારીરશાસ્ત્રના લેખથી પણ જોઇએ તેવો સ્પષ્ટ ખુલાસો થતો નથી, પરંતુ હાલમાં વીદ્વાનો એવા નિશ્ચય ઉપર આવ્યા છે કે "નાકમાં બે દ્વાર હોય છે. નાકની અંદરના ભાગમાં Mucus નામની શિરાઓનો છેડો આવેલો છે. અને તે છેડા એ તેનાં મુખ છે. જ્યાં આગળ મ્યુકસ (Mucus) નામનો રસ એટલે શ્લેષ્મ રસ ટલવાય છે. ઘણા લોકોનું એમ માનવું છે કે તે મગજમાંથીજ આવે છે. પણ તે બીજા ભાગમાંથી પણ આવે છે" એટલે આ નાકમાં આવેલી મ્યુકસ શિરાઓદ્વારા આપણાં ફેફસાં અને રક્તમાં સંચીત થયેલો કચરો જ્યારે અસંત વધી જાય છે ત્યારે કુદરત તેને કાઢી નાંખવા સારૂ શ્લેષ્મ ઉત્પન્ન કરે છે અને કચરો સપાટાબંધ એમ્યુકસ શિરાઓના મુખ આગળ ખેંચાઇ આવે તેટલા સારૂ સળેષ્મમ થાય છે ત્યારે ઘણા જોરથી ઉપરા છાપરી છીંકો આવે છે.

દરેક માણસના અનુભવની વાત છે કે છીંક આવતાં પહેલાં આપણે શ્વાસને ઉંચે જોરથી લેઈ એકદમ છીંકથી ઘણા જોરથી કાઢીએ છીએ, એટલે શ્વાસ ઉંચો લેવા અને જોરબંધ પાતો સાથે લાગો કાઢવાનું કામ એક પીચકારીના જેવું થાયછે અને તે સાથે શ્લેષ્મ મળ એ શિરાઓના મુખ દ્વારા નાકમાં આવે છે. વળી શ્લેષ્મમાં વારવાર નાક નસીકવાનું કામ જોરથી કરી આપણે શ્લેષ્મ મળને બહાર એ શીરામાંથી લાવીએ છીએ. કેટલીક વખત તો એમ બને છે કે સોડાવોટરની બાટલીના ડાટો જેવા જોરથી નીકળે છે તેવા જોરથી અવાજ સાથે એ શીરામાં રહેલો શ્લેષ્મ મળ શિરાના છિદ્રમાંથી નીકળે છે. એટલે શ્લેષ્મ થવાના સબબ થંડી રૂતુનો ફેરફાર અગર ભીનાશ વીગેરે ન છતાં શરીરમાં નિરઉપયોગી સંચાત થયેલો પ્રવાહી મળજ છે. અને તેવો મળ જેના શરીરમાં સંચીત થયો હોય તે માણસો આવા શ્લેષ્મ રોગના ભોગ થઇ પડે છે. આપણે એટલું તો કબુલ કરી શું કે આવા મળ પૂર્ણ થએલા શરીરો ઉપર આગળ બતાવેલા સબબો નિમિત્તરૂપ થાય છે. એટલે હવાના ને રૂતુના ફેરફારો વખતે જેના શરીરમા આવો નકામો કચરો સંચીત થએલો હોતો નથી તે લોકોને શ્લેષ્મ રોગ લાગુ પડતો નથી. યલોપેથીક ડોક્ટરો આખા શ્લેષ્મ (કોલ્ડ)થી બચવા માટેના ઉપાયોમાં ગળાની ચારે બાજુ ગરમ કપડાંના ગલપટા રાખવા ભલામણ કરે છે, પરંતુ તેવા ગલપટા ગળાની આજુબાજુ વીંટવાથી ભારે નુકશાન છે. તે એવું કે ગળાની આજુબાજુ ચામડીનાં છિદ્રોમાં હવાની આવજા થતી નથી. જેથી તે જગોનું રક્ત સુદ્ધ રહીશકતું નથી એટલુંજ નહીપણ આપણા શરીરની કુદરતી ટેમ્પરેચર (અંગ-ગરમી) જે જગાએ ગરમ કપડાં હોય તે જગાએ ગરમ કપડાથીજ ટકી રહે છે. એટલે ચામડીની અંદર રહેલી ગરમી ચામડીના ઉપરના ભાગને ગરમ રાખવાનું કામ બજાવતી બંધ થાય છે. જેથી રાત્રિ દિવસ ગળેપટા રાખનાર માણસોને સળેષ્મનો (Cold) નો રોગ જલદી લાગુ પડે છે કારણ ગળાની શિરા અને ચામડીનો ભાગ તેમનો નબળો થઇ ગએલો હોય છે. આપણે પરદેશી લોકોની દેખાદેખીથી ગરમ કપડાંને ગલપટા ફેશનની ખાતર પહેરવા લાગ્યા છીએ પણ તેથી કેટલું નુકશાન છે તે આપણે શાન્ત ચિત્તથી વિચાર કરીએ તો સમજાયા વિના રહેશે નહિ.

પ્રિય વાચક વર્ગ—આ લેખ લાંબો થવાથી વાચવાને કંટાળો આવશે. પરંતુ આપણા શરીરનું આરોગ્ય સાચવવાને નાસિકા અને મુખ બે અગત્યના દ્વાર છે એટલે તેને માટે મ્હારે લખ્યા વિના ચાલે તેમ નથી, માટે કંટાળો ન લાવતા ધ્યાન દેઇ વાચવા મ્હારી નમ્ર વિનતી છે

નૉવેલના પુસ્તકો જેવાકે એરેબીયન નાઇટસ, શુકબહોતેરી, રેનોલ્ડ, ગુલીવરસટ્રાવેલ્સ, વિગેરે બુકો તો આપણે ધ્યાન દેઇ આનંદ સાથે વાચીએ છીએ પરંતુ તેથી આપણુ આરોગ્ય સુધરવાનુ નથી એવી વાતોથી ઉલટી માનસિક લાગણીઓ ઉશ્કેરાઇ નુકશાન થવા સરખુ છે અને આ લેખ ધ્યાન પૂર્વક વાચી તે પ્રમાણે વર્તન કરવામા આવે, તો આપણું આરોગ્ય સુધર્યા વિના રહેશે નહી

આપણા શરીરમા કચરાને દાખલ થવાના મુખ્ય બે દ્વાર છે, એક નાક અને બીજુ મુખ આપણે આ સ્થળે નાસિકાદ્વારા મળ કેવી રીતે દાખલ થાય છે તેનો વિચાર કરીએ આપણા વાતાવરણમા કરોડો સુક્ષમ જતુઓ ઉડતાને ફરતા હોય છે તે શ્વાસ પ્રશ્વાસ દ્વારા નાસિકાના છિદ્રમા થઇ ફેફસામા જાય છે અને પાછા નીકળે છે, મેલીને દુરગંધી હવામા રહેલા અત્યંત સુક્ષ્મ રજકણો પણ શ્વાસ પ્રશ્વાસ દ્વારા શરીરમા દાખલ થાય છે, અને નીકળે છે હવાને લીધે રેતીના રજકણો પણ ફેફસામા દાખલ થાય છે પ્રાણીઓ કે મ નુષ્ય શરીરમા ગાંગ મારગે કદ મારગે અને બીજી રીતે નીકળતા મળોથી મિશ્ર થએલી રજ કે રેતીના રજકણો પણ શ્વાસ દ્વારા ફેફસામા જાય છે પરમ કૃપાળુ પરમાત્માએ ઉપરબતાવેલા મળો નાસિકા દ્વારાએ શરીરમા દાખલ થતા અટકાવવા માટે નાસિકા ઇંદ્રિય ઉપર બે પ્રકારના દ્વાર પાલોની યોજના કરેલી છે એક પ્રકારના દ્વારપાલ તે નાસિકા દ્વાર આગળ ઉભા રહી પોતાનુ કામ બજાવે છે જ્યારે બીજા પ્રકારના દ્વારપાળ નાસિકાની અંદર રહી પોતાનુ કામ બજાવે છે પહેલા દ્વારપાલ તે નાસિકાના મુખ આગળ થતા વાળ છે, અને તે વાળ નાસિકાની અંદર ચારે બાજુ એકમેક સાથે એવા અડી અડીને રહે છે કે તે એક ધારા વનની ઝાડીના જાળારૂપ હોય છે એમ કહીએતો ચાલે હવામા ઉડતા સુક્ષ્મ જતુઓને અને હવામા ઉડતી ધુળ વીગેરેને શ્વાસ દ્વારા આપણા ફેફસામા જતી આ વાળ અટકાવી રાખે છે આપણે કેટલીક વખત પરગામ મુસાફરી કરી આવીએ છીએ ત્યારે નાકના વાળ જો આપણે કઢાવી કે કતરાવી નાખ્યા ન હોય તો તે વાળને રજી ચોટેલી માલુમ પડશે પરંતુ આપણે હાલ એટલાબધા સુધરી ગયા છીએ કે કુદરતના ડહાપણમા આપણે ખામી કાઢી નાકમાના વાળ ફરી ન ઉગે માટે ચીમટાથી ખુટાવી નાખીએ છીએ કાંતો કાતરથી કતરાવી નાખીએ છીએ અને આવા મળને ફેફસામા જવાનો માર્ગ કરી આપીએ છીએ હવે બીજા પ્રકારના દ્વારપાલ સંબંધી આપણે વિચાર કરીએ બીજા પ્રકારના દ્વારપાળ તે નાકમા રહેલા હવામાથી નીકળતી સુગંધ દુર્ગંધની પરીક્ષા કરનારા જ્ઞાનતંતુ છે તે જ્ઞાનતંતુઓ સારી નરસી હવાની પરીક્ષા ઘણીજ ઉત્તમ પ્રકારે કરી જાણે છે જો એ દ્વારપાળની સલાહ મુજબ આપણે ચાલીએ તો આપણું જીવન તે દ્વારપાળો ટકાવી રાખે છે, અને શરીરને નિરામય અને તંદુરસ્તી ભરેલુ રાખે છે શ્રી મહાગુજરાત પત્રના વ્યવસ્થાપક શ્રી યુત ગોટાવાળા જીવનલાલના લેખથી પણ અમારા આ મતને ટેકો મળે છે તેઓ લખે છે કે ' શરીરને નુકશાન કરનારો વાયુમા ભરેલો કોઇ કચરો તમાગ નાખ્યા પેસવા જાય કે

તરતજ તેની દુર્ગંધથી નાકના પહેરાગીરો તમને ચેતાવે છે કે, પગને હુકમ કરો કે આ દુર્ગંધવાળા સ્થાનમાંથી એકદમ શરીરને બીજી કોઇ ચોખ્ખી જગામાં લેઇ જાય; અને હાથને હુકમ કરો કે નાકે લુગડું દેઇ આ શત્રુને નાકમાં પેસતો અટકાવે. આ ચેતવણી ઉપર જો તમો ધ્યાન આપો તો તે પહેરાગીરો તમને જ્યારે જ્યારે શરીરને હાની કરનાર દુર્ગંધ નાકમાં પ્રવેશે છે ત્યારે ત્યારે દરેક વખતે ચેતાવે છે, પણ જો તમે તેમની ચેતવણી ઉપર લક્ષ આપતા નથી તો ધીરે ધીરે એ પહેરેગીરો ધણીને આપણા કામની કદર નથી એમ જાણી બે દીલ થઇ જઇ, પોતાના કામમાં સાવધાન રહેતા નથી. અને તે અફીણીયાની પેઠે ઉંધ્યા કરે છે, સંડાસને વાળનાર ભંગીયાઓ, માર્ગમાંથી ઝાડુ કાઢનારાઓ, તપખીર સુંઘનારાઓ, તમાકુ પીનારાઓ, પોળોની ગંદકીવાળી જગામાં નિત્ય રહેનારાઓ, હવાની આવજા વિનાના ઓરડામાં ગોંધાઇ રહેનારાઓ, ઘણા માણસો એકઠા મળ્યા હોય એવી ઝહેરી હવાનો નિત્ય શ્વાસ લેનારાઓ, જેવા કે નાટકમાં જનારાઓ, કચેરીઓમાં બેસનારાઓ, નિશાળના માસ્તરો, અને વિદ્યાર્થીઓ, દેવળોમાં કથાઓમાં, સભાઓમાં એકઠા થનારાઓ, અને એવાજ બીજા અનેક મનુષ્યોના નાકના પહેરાગીરોએ તે તે મનુષ્યોને તેમના નાકમાં તંદુરસ્તીને બગાડનાર દુર્ગંધવાળો વાયુ પેસે એવી વારંવાર આપેલી ચેતવણીને ન ગણકારવાથી તેઓ નિત્ય ઊંધ્યા કરે છે. અને તેથી તેમના નાકમાં કચરો જાય છે તેનું તેમને જરાપણ ભાન હોતું નથી. ભંગીયાનું ગાડું દુર્ગંધવાળા કચરા કે ગંધાતા પાણીનું પીપ લેઇ રસ્તામાં થઇને જતું હોય છે તો, તમે નાકે લૂગડું દેઇ સપાટાબંધ ત્યાંથી ઉતાવળા જતા રહો છો. પણ ગાંડું હાંકનાર ભંગીયો માહાસુખમાં લોટતો હોય તેમ (સુખેથી સારૂં ગીત કે ગાયન કરતો) ધીરે ધીરે ગાડું હાંકે છે ! એનું કારણ એજ કે તેના નાકના પહેરાગીરો જડ પૂતળા જેવા થઇ ગયા હોય છે ! તમે તપખીર નહી સુંઘતા હો તો તપખીરની ઝીણુ આવવાથી તમને ઉપરા ઉપરી છીંકો આવે છે, આંખમાં પાણી ભરાઇ આવે છે, તથા તમાકુના ધુમાડાથી તમારૂં માથું ફરી જઇ ભારે કંટાળો આવે છે. અને નાકે લુગડું દેઇ બને તો તે સ્થાનમાંથી જતા રહો છો. (આગગાડીમાં મુસાફરી કરતા હોઇએ છીએ તે વખત બેઠેલા ખાનામાં આપણી આસપાસના સંખ્યાબંધ લોકો બીડીયો વારંવાર એક પછી એક અગર સાથેજ ચારે બાજુથી ધુમાડાના ગોટેગોટ કાઢે છે તે વખત તે જગોએથી ખસી જવાનો જરાપણ પ્રસંગ આવતો નથી માત્ર નાકે લુગડુંજ દેવું પડે છે કારણ નાત બાહાર જેવા તો આપણેજ તમાકુ ન પીનાર હોઇએ છીએ. આ લેખના તંત્રીને ઘણી વખત એવા વિચાર આવે છે કે પોતાના સ્વાર્થની ખાતર ચોખ્ખી હવા બીજાને મળતી અટકાવી તમાકુના ધુમાડાથી વાતાવરણ બગાડવાનો એવા તમાકુ પીનારને શો હક છે, અને સરકાર શામાટે કાયદો કરતા નથી ? પરંતુ જ્યારે તમાકુ પીનારની સંખ્યા ઘણીજ છે ને દિનપર દિન તેમાં વધારો થતો જાય છે, ત્યારે કાયદો કરતી વખત વોટ લેવામાં આવે તો તમાકુ ન પીનારના વોટની સંખ્યા અત્યંત નજીવીજ થાય એટલે તંત્રીને આવતા વિચારો નકામા જેવાજ થઇ જાય છે.) પણ તપખીર સુંઘનારાઓ ઝેરથી ભરેલા તમાકુના લોટના ચપટાને ચપટા કેવા હોંસથી નાકના દરવાજામાં હોળીના દીવસોમાં ઉડતા ગુલાલની પેઠે ઉરાડી અપાર આનંદને માને છે ! અને તમાકુ પીનારાઓ આયુષ્યનો ક્ષય કરનાર તમાકુના ધુમાડાના ગોટેગોટથી ભરેલા ઓરડામાં અત્તરથી બહેક બહેક થઇ રહેલા સ્થાનમાં પ્રસન્નતા અનુભવતા હોય

એમ કેવા પ્રસન્નતાથી કમાડોના ઠેનાકો ખીડીઓ અને ચક્ષમો ફુંકતા બેગી રહે છે! એનું કારણ બીજુ કંઇજ નથી પણ તેમના નાકના પહેરાગીરો ધણીની બેદરકારીથી આળસુ અને ઉંઘણશી બની ગયા છે બારીઓ રાત્રે ઉઘાડી મુકીને સુઇ રહેનારને તથા માથે મોઢે ઓઢ્યા વિના ઉઘાડુ માથુ રાખીને ઉંઘનારને રાત્રે બારીઓ બંધ કરવાથી તથા માથે ઓઢવાથી એટ શ્વાસમા લીધેલી હવા પાછી શ્વાસમા જવાથી જાણે ગુંગળાઇ જતા હોય એમ લાગે છે અને માથા ઉપરથી ગોદડું કહાડી નાખ્યા વિના બારીઓ ઉઘાડી રાખ્યા વિના ચેન પડતુ નથી પણ બારીઓ બંધ કરીને તથા માથે મોઢે ઓઢીને લોટપોટ થઇને સુઇ રહેનારને ઘરની તથા ગોદાની ઝેરી હવાના ઘુંટડે ઘુંટડા દરેક શ્વાસે શરીરમા જતા છતા પણ માહારા શરીરમા આ ઝેહેર જાય છે અને તેથી માહારા આયુષનો માહારા બળનો, અને માહારા આરોગ્યનો નહીં સમજાય એવી રીતે ધીરે ધીરે ક્ષય થાય છે એ વીષે જરા પણ ભાન હોતું નથી એનુ કારણ તે મનુષ્યના નાકના પહેરાગીરોએ કુંભકર્ણના જેવી ઘોર નિદ્રા લીધી હોય છે, એ વિના બીજુ કંઇ નથી '

ઉપર કહી ગયા પ્રમાણે નાક અને મુખના પહેરાગીરો એ દ્વારો મારફતે શરીરમા દાખલ થતો કચરો અટકાવવા આપણને વારંવાર સુચના કરે છે તેને ન ગણકારતાં આપણે શરીરમા દાખલ થવા દઇએ છીએ ત્યારે, કુદરતના આપણા હિતની ખાતર એ કચરાને બાહાર કાઢી નાખવાના ઉપાયો પૈકીનો એક ઉપાય તે આ શ્લેષ્મ અથવા મળેખન છે આવી રીતે શ્લેષ્મ દ્વારા નીકળતા મળને શ્લેષ્મ બંધ કરી શરીરમાથી નીકળતો બંધ કરવા એ ડાહાપણ ભરેલુ નથી ઘરમા કોઇ દરમથી સાપે ડોકુ કાઢેલુ જણાય તો સાપને પકડી બહાર કાઢી વેગળે કાઢી નાખી આવવો એ બુદ્ધિમાનનુ કામ છે પણ દર ઉપર પાટીયુ ઢાંકી દેવું અથવા માટીથી દરને છાદી લેઇ સાપનો ભય મટ્યો એમ માનવુ એ બુદ્ધિમાનને ઘટતું નથી દરને છાદી લેવાથી તત્કાળ સાપ દેખાતો નથી, પણ અંદર રહેવાથી તે બીજી કોઇ જગાએથી કાણું પાડી બહાર નિકળી આપણને ત્રાસ દેવાનોજ તેથી દરને છાદી લેવુ એ સાપનો ભય ટાળવાનો ખરો ઉપાય નથી તેજ પ્રમાણે શરીરમા સંચીત થએલા મળને નાસિકા દ્વારા કાઢી નાખવા કુદરત જે અમલ કરે છે, તે અમલમા શરીરના અવયવોને જે મહેનત પડે છે તેજ શ્લેષ્મ રોગના ચિન્હો છે તે ચિન્હોને દબાવી દેવાથી શરીરમાનો કચરો શરીરમા જેવોને તેવોજ રહે છે તેથી શ્લેષ્મ રોગ મટ્યો કહેવાય નહી.

હવે આપણે શ્લેષ્મ રોગમા વપરાતી દવાઓ માટે વિચાર કરીએ જન સમુદાયમા ઘણે ભાગે વપરાતી ઘરગુતી દવાઓમા શ્લેષ્મને મટાડવાના ઉપરના જ ઉપચારો છે નાકમા દવાઓ નાખવાના ઉપચાર પાશ્ચાત્ય શોધકોએજ શોધી કાઢેના છે પેટમા લેવાની દવાઓ પણ ઝેહેરી વાપરવામા આવતી નહોતી પુરાતન કાલના ઋષિ મુનિઓએતો આઠ પહોર સુધી એવા રોગમા જલપાન ન કરવાનો ઉપાય બતાવેલો છે કે જેથી તેવા મળ બળી જાય અથવા તો આવો મલ શરીરમાંથી જલદી નીકળી જાય તેને માટે કુદરતને મદદ કરવા સારૂ ઉના પાણીનો નાસ (Steam Bath) લેવાનું કહેલુ છે જુનાની હકીમોએ પણ પોતાના ઉપાયોમા દુધ પાણીનો બાફ અને બીજી દવાઓના બાફ લેવાનુ કહેલુ છે હજુ ઘણા લોકો કુદરતના કાયદાને માન આપે છે, અને કહે છે કે સળેખમ પાકી જતા સુધી એટલે ત્રણ દિવસ સુધી તેની બીલકુલ દવા કરવી નહી, અને કરતા પણ

નથી. અને તેથી ફેફસાં અને રક્તમાં રહેલો મલ પ્રથમ પાંણીજેવા પ્રવાહી રૂપે ફ્યુફસ શિરાઓના મુખમાંથી ટપકવા લાગે છે અને પછી ઘટ્ટ મલ નીકળવા લાગે છે. અને ત્રણ દિવસ પછીતો મળનો ઘણો ભાગ નીકલી જઇ, શરીર નિરામય થાય છે. તેથી ઉલટું જો અ-ફીણ જેવાને બીજા ઉપાય શ્લેષ્મ અટકાવવાના કરવામાં આવે છે, તો શ્લેષ્મ બંધ થઇ જઇ પછી તેને બદલે ઉધરસ પેદા થાય છે. અને ઉધરસ દ્વારાએ કફ રૂપે એવો મલ કાઢી નાંખવા ફેફસાને અત્યંત મહેનત પડે છે.

આ લેખકને બાલ્યાવસ્થાથી શ્લેષ્મનો વ્યાધિ હતો. એટલે તલ કોપરૂ અથાણું જેવા પદાર્થ ખાધામાં આવે કે બીજે જ દિવસે શ્લેષ્મ થયા વિના રહે નહી. મારા એક મિત્રે મને કહ્યું કે તમને અથાણાંથી શ્લેષ્મ થાય છે એ વહેમ છે. માટે તમે ખાધા કરો. પછી ટેવ પડેથી શ્લેષ્મ થશે નહી તે ઉપરથી મેં તેમ કર્યું અને શ્લેષ્મ થયા છતાં પણ અથાણું કોપરૂ અને તલ જેવા પદાર્થ ખાવાનું શીરૂ રાખ્યું. પરિણામ એ આવ્યું કે તેમાંથી મને પીનસનું દર્દ થયું. તે ઉપર ઘણા ઉપચાર કર્યા છતાં લગભગ ત્રણ માસ સુધી તે મટ્યું નહી. તેના ઉપર નાકમાં નાંખવાની અને ખાવાની દવાઓ કર્યા છતાં પણ તેથી ફાયદો થયો નહી જેથી મેં વીસનગર આવી આસીસ્ટંટ સીવીલ સરજન જે માહારા મિત્ર હતા તેમને નાસિકાનો ભાગ બતાવ્યો. તેમણે કહ્યું કે અંદર ઘણો સોજો છે માટે શસ્ત્રથી છેદન કરી રક્ત કાઢવું પડશે, ત્યારે મટશે. મેં તેમ કરવાની ના કહી ને પછી કુદરતી ઉપાયો શોધવા માંડયા મને રૂષિપ્રણીત ગ્રંથમાંથી આઠ પહોર સુધી પાણી ન પીવાથી રોગ મટે છે, એવો ઉપાય મળી આવ્યો, અને તે ઉપાય મેં નિર્જલા એકાદશીના દિવસે " એક પંથને દો કાજ " જેવું માની કરી જોયો. ને લગભગ દસ પહોર પાણી પીધું નહી, જેથી મને પીનસનો રોગ તદન મટી ગયો. પરંતુ શ્લેષ્મનો રોગ તો કેટલાક દિવસને અંતરે થયા વિના રહેતો નહી.

લગભગ બે વરસ થયાં જ્યારથી મેં નેચરોપથીનાં પુસ્તકોનું અવલોકન કર્યું ત્યારથી માહારી ખાત્રી થઇ કે શ્લેષ્મ થવાનું કારણ તલકે કોપરા જેવા પદાર્થ ખાવાથી નથી. તે તો નિમિત્તભૂત છે ખરૂ કારણ તો ફેફસાં અને રક્તમાં રહેલો કૂપિત મળ છે. અને તે જો નીકળી જાય તો આ રોગ થાય નહી, અને તે મળ સંચીત થતો અટકાવવાને કસરત જેવો બીજો એકે ઉપાય નથી જેથી મેં ફેફસાંથી દીર્ઘશ્વાસ પ્રશ્વાસ થાય તેવી કસરત કરવી શીરૂ કરી. અને બીજી પણ કસરતો કરવા માંડી ત્યારથી હવે તેવા પદાર્થો ઘણી વખત ખાધામાં આવે છે, શિયાળામાં અત્યંત પડતી ઠંડીમાં ગળાને ઠંડો પવન લાગે છે છતાંપણ શ્લેષ્મ થતું નથી અને કોઈ વખતે સહજ શ્લેષ્મ જણાય છે તો બે ત્રણ દિવસે અંદરનો મળ નીકળી જઇ એની મેળે મટી જાય છે.

નાસિકા અંદરની તંતુઓનો સમંધ શરીરના બીજા અવયવો સાથે જોડાયલો છે જેથી નાકમાં વિષમય દવાઓ દાખલ કરવાથી આવી ઉપયોગી અને કોમલ તંતુઓ ઉપર તેની ખરાબ અસર થાય છે અને પરિણામે તેવી તંતુઓ નિર્બળ થઇ પોતાનું કામ બજાવવાને અશક્ત થઇ જાય છે.

આ લેખની શીરૂઆતમાં બતાવેલો હાલની શોધથી પ્રસિદ્ધ થએલો નંબર ૧૫ નો કપુરના અર્કનો ઉપાય અને નંબર ૧૬ વાળો મેકસનેજોરવાલો પોટેશીયમ પરમેંગ્નેટ વાલો ઉપાય એ બન્ને ઉપાયમાં વપરાતી વસ્તુઓ શું ઝહેર નથી ? અજ્ઞાન વર્ગના

૧૯ મર્દનવીધી પારો લાલ ઈંટનું ચૂર્ણ હલદર ગ્રહધુમ કાંબલાની રાખ અને લીંબુનો રસ એમાં ત્રણ ત્રણ દિવસ મર્દન કરવો તેથી નીરમળ થશે તે ઉર્દ્ધપતન મંત્રથી કીંવા વસ્ત્રમાં બાંધીને કાંજીમાં ધોઇ લેવો.

૨૦ મર્દનવીધી (ભાવ પ્રકાશ):-ઈંટોના ભુકાથી અને ચુનાથી પારાને વાટીને પછી દહી ગોળ સીધાલુણ રાઇ અને ઘરમા લાગેલી ધુમાડીના ધુસથી ખરલમા વાટવામાં આવે અથવા કુવાર ચીત્રો રાતા સરસવ ભોંયરીંગણી હરડાં બેડાં આમલાં એઓનો કવાથ કરી તેથી ત્રણ દીવસ પારાને ખલમાં વાટવામાં આવે તો પણ પારો સઘળા મેલથી રહીત થાય છે.

૨૧ મૂચ્છિનવિધિ:-પારાના મલને કુવાર નાશ કરે છે અને ત્રીફલા દાહ શાંત કરે છે અને ચીત્રકમુળ વીષ નાશ કરે છે માટે પ્રયત્નથી મીશ્રીત પારો એક એકના રસમાં સાત સાત વખત મર્દન કરવો એટલે મુરછીત થાય છે એ પ્રમાણે મુરછીત પારો દોષ શુન્ય થાય છે.

૨૨ મુર્છનવીધી પારો મોટા ગરમાલાના મુળના રસમાં અને કુવારના રસમાં ઘુંટવો અને ઊત્થાપન કરવો અને કાળા ધંતુરાના રસમાં ઘુંટી મર્દન અને ઉત્થાપન કરવાથી ચંચળતા દુર થાય છે. અને ત્રીફળાના કાઢાથી અને કુવારના રસથી ઘુટવાથી વીષદોષ નાશ પામે છે. અને ગીરીદોષ ત્રીકટુ અને કુવારથી મર્દન કરવાથી જાય છે, અને ચીત્રકનું ચુર્ણ અને કુવારના રસમાં મર્દન કરવાથી દાહ શાંત થાય છે. આ પ્રત્યેક સંસ્કાર વખતે ઉની કાંજીથી પારાને શોધવો આ પ્રમાણે શોધન કરવાથી સપ્તદોષ વરજીત કાર્ય કરતા થાય છે એ દોષ ન ગયા તો કાર્યનો નાશ થાય છે.

૨૩ મુર્છન વીધી (આયુર્વેદ). સુંઠ મરી પીપર ત્રીફળા વાંઝણી કંકોડીનું મુળ ભોંયરીંગણી ઉભી રીંગણી ચીત્રક મેઢાનું ઉન હલદર જવખાર કુવાર આકડાનાં પાંદડાં અને ધતુરાનાં પાંદડાંનો રસ એટલાનો ઉકાળો કરીને સાતફેરા પારાને મર્દન કરવો તેથી તે પારો મુર્છીત થઈ પોતાની સાતે કાંચલીઓથી મુક્ત થાય છે.

૨૪ કંચુકનિર્મુક્ત પારો કુવાર ચીત્રક લાલ રાઇ રીંગણી અને ત્રીફળા એનો કાઢો કરી ત્રણ દીવસ મર્દન કરવો તેથી સપ્ત કંચુકોથી મુક્ત થાય છે.

૨૫ અથ ઉત્થાપન પારો લીંબુના રસમાં નાંખી તડકામાં મુકી ઘુટવો અને સુકાયા પછી ડમરૂ યંત્રમાં ઉર્ધ્વ પાતન કરી લેવો.

૨૬ અથ ઉત્થાપન-પારો આમ્લવર્ગ યુક્ત કાંજીમાં ધોઇ લેઇ ઘુંટવો અને કાંજીથી ધોઇ ફરી મુરછીત કરવો.

૨૭ અથ ઉત્થાપન પારો ઊની કાંજીથી ધોવાથી ઉત્થીત થાય છે કીંવા ઉર્ધ્વ પાતન યંત્રથી પણ ઉત્થીત થાય છે ઉત્થાપન પછી પણ ઉષ્ણકાંજીથી ધોવો.

૨૮ અથ પાતનતંત્ર-ઉર્ધ્વપાતન-ત્રણ ભાગ પારો એક ભાગ આકડાનું ચુરણ તેમાં કાગીત લીંબુનો રસ નાખી ગોળી થતા સુધી ઘુંટવું અને ડમરૂ યંત્રમાં ચાર પહોર મધ્યમ અગ્ની આપવો અને યુક્તીથી ઊપરના વાસણને લાગેલો પારો કાઢી લેવો. પારો શોધવામાં

આનેજ ઉર્ધ્વપાતન કહે છે. ઉર્ધ્વપાતનમાં યંત્રના સંધીને લેપ સારો કરવો. યંત્ર કેવડો જોઇએ તે ગુરૂ પાસેથીજાણવું. પારાના ધર્મ અનીયમીત છે માટે મારા કહેલા ઉપયોગી પડનાર નથી.

૨૯ પાતન તંત્ર ઉર્ધ્વ પાતન પારો મોરથુથુ સુવર્ણ માક્ષીક એનો ખલ કરી પારો અદ્રશ્ય થતાં સુધી ઘુંટી ડમરૂ યંત્રમાં ઉર્ધ્વ પાતન કરવો.

૩૦ **અથ અધઃપાતન** પારો, ત્રીફળા સરગુવો ચીત્રક મીઠું રાઇ એ સર્વ એકત્ર કરી ખલ કરવો. પારો તેમાં મળી ગયા પછી ડમરૂ યંત્રનાં બે પાત્ર લઇ ઉપરના પાત્રને તેનો લેપ કરવો અને નીચેના વાસણમાં પાણી રાખવું અને સંધી લેપ કરી જમીનમાં ઘાલવું અને ઉપર અગ્ની કરવો એટલે પારો નીચેના પાત્રમાં બેગો થશે તેને સીદ્ધ અધઃપાતન કહે છે.

૩૧ અધઃપાતન પારો માંખણુ કૌવચબીજ સરગવાની છાલ ચીત્રક મીઠું રાઇ એના ચુરણમાં લીંબુનો રસ નાંખી એક દીવસ ખલ કરવો તેમાં પારો મળી ગયા પછી ઉપરના વાસણને લેપ કરી પૂર્વવત પાતન યંત્ર કરી પાતન કરી લેવો.

૩૨ અધઃપાતન હરડાં બેઢાં આમલાં સરગુવો ચીત્રક લુણ રાઈ એઓની સાથે કુવારના રસથી પારાને એવી રીતે ખલમાં વાટવો કે પારો જુદો ન દેખાય પછી પારો ઊપલા હાંલ્લામાં ચોપડી દેઇ તેને ભુરધર યંત્રમાં મુકી ઊપર અડાયાં સળગાવી ,નીચેના હાંલ્લામાં પાડવો. સ્વેદન મુર્છન ઉર્ધ્વપાતન અને અધઃપાતન રૂપ ક્રીઆઓથી જ્યારે પારાને શુદ્ધ કરવામાં આવે ત્યારે પારો સઘળાં કામ કરે છે અને સઘળા પ્રયોગોમાં ઉપયોગ કરવા લાયક થાય છે. (ભાવપ્રકાશ).

૩૩ **અથ તીર્યકપાતન**—બે સરખાઃબેસતા મોઢાની માટલી લેઇ (વાસણ લેઇ)એકમાં પારો અને એકમાં પાણી ભરવું અને વાંકી કરી જોડવી અને સંધીમાં લેપ કરી પારો ઘાલેલા વાસણને ચુલા ઉપર મુકવુ આડુ યુક્તીથી મુકવું અને તેની નીચે અગ્ની કરવો એટલે પારો પાંણીમાં પ્રવેશ કરશે એને જ નાગારજુનાદિ સીદ્ધ લોકોએ તીર્યક પાતન નામ આપ્યું છે આ યુક્તીથી પારા મધે મળેલા નાગવંગ ક્રમીદોષ આનાથી ત્રણવાર પાતન કર્યાથી નાશ પામે છે. આ પ્રમાણે તીર્યકપાતન વીધીના યત્નથી સંપુર્ણ દોષ મુક્ત થાય છે એમાં શંશય નથી.

૩૪ તીર્યકપાતને સ્વેદન પારો ચોપટ વસ્ત્રમાં બાંધી સરાવમાં લસણનો રસ સુંઠ મરી પીપર ત્રીફળા ચીત્રક કુવાર હલદર નાંખી દોષ જવા માટે એક એક દીવસ પચન કરવો આ સ્વેદન સારૂં છે.

૩૫ **અથ બોધન** પુર્વોક્ત પ્રકારે શોધેલો પારો ષંઢ થાય છે તેનું ષંઢત્વ જવા માટે તેને બોધન આપવાની ક્રીયા કહું છું.

૩૬ બોધન કારણ મરદન મુર્છન પાતન એ સંસ્કાર કર્યા પછી પારો મરીગયા જેવો થાય છે એની શક્તી વધારવા માટે ગુરૂએ બનાવેલી રીતી પ્રમાણે બોધન કરવું.

૩૭ બોધન કાચકુપી મધ્યે રૂહી અને વાળાનો કાદો ભરી તેમાં પારો ડુબતા સુધી નાંખવો અને જમીનમાં હાથભર આડો ખોદી તેમાં પુરી રાખવો એટલે શંઢત્વ છોડે છે.

માણસો અને વખતે સુધરેલા વર્ગના માણસો રોગથી જલદી મુક્ત થવાની લાલચે આવા વિષમય ઉપાયો કરે તો તેથી શરીરને તુરત દેખીતું નુકશાન જણાય નહી. પરંતુ આડકતરી રીતે તેવાં ઝહેરો શરીરમાં દાખલ થઇ નુકશાન કર્યા વિના રહેજ નહી. કારણ નાકમાં દાખલ કરેલી પોટેશીયમ પરમેંગેનેટની દવા મ્યુકસ શિરાઓના મુખ દ્વારા શરીરમાં દાખલ થયા વિના રહેજ નહી. અને તેના પરિણામે શરીરને નુકશાન થયા વિના રહેતું નથી. ડાક્ટર કે ઘર જેવા વિદ્વાન માણસે સર્પનું વિષ ઉતારવા માટે પોટેશીયમ પરમેન્ગેનેટનો ઉપયોગ કરવા ભલામણ કરેલી, અને તે પછી કેટલાંક વર્તમાન પત્રોએ અને ડાક્ટરોએ તે વાત ઉપાડી લીધેલી, પરંતુ પોટેશીયમ પરમેન્ગેનેટની દવા વાપરવાથી કેવી રીતે અને કેટલી હાનિ થાય છે, તે સબંધે મુંબઇની પરેલ ખાતાની સક્ષ્મીક વેદાંને લગતી પ્રયોગશાળાના વડા કરનલ બેનરમેને "ઇન્ડીયન મેડીકલ ગેઝેટ" પત્રમાં છપાવેલા લેખનો ઉતારો નીચે દાખલ કરેલો છે, તેથી ખાત્રી થશેઃ—

સર્પના ડંખનું ઝેર ઉતારવા માટે પોટેશીઅમ પરમેંગનેટની દવાનો ઉપયોગ કરવા સામે ચેતવણી—પરેલ ખાતેની સક્ષ્મીક વઇદાને લગતી પ્રયોગ શાળાનો વડો કનરલ બેનરમેન સર્પના ડંખનુ ઝેર ઉતારવા માટે પોટેશીઅમ પરમેંગનેટની દવાના પોતે કરી જોયેલા અખતરાનું પરિણામ કેવું આવ્યું હતું તેનું "ઇનડીયન મેડીકલ ગેઝેટ" પત્રના ચાલતા માસના અંકમાં વર્ણન આપતાં તબીબોને યાદ આપે છે કે, "મુંબઇમાં મળેલી વૈદક કોંગ્રેસમાં ડાકર રેચરે કોઈ આસામીને સર્પનું ઝેર ચઢતાં તેના શરીરમાં નસવાટે પરમેંગેનેટ ઓફ પોટેશની સેંકડે પાંચ ટકાની મેળવણીવાળો સાડીત્રણસો ક્યુબીક સેન્ટીમીટર જેટલો જથો દાખલ કરવાની ભલામણ કીધી હતી.

આવી રીતે કામ લેવાનુ જોખમ ભરેલુ હોવાથી તે જોખમ ઉપર તબીબ વર્ગનું ધ્યાન ખેંચવા માટે મેં કીધેલા અખતરા હજુ અધુરા હોવા છતાં તે હું પ્રગટ કરૂં છું:

શરૂઆતમાં લોહીમાં પોટેશીઅમ પરમેંગેનેટ દાખલ કીધાથી કાંઇ માઠી અસર થાય છે કે કેમ, તે જાણવા માટે થોડાક અખતરા કરી જોવામાં આવ્યા હતા. માણસને માટે સેંકડે પાંચ ટકાની મેળવણીવાળા સાડીત્રણસો ક્યુબીક સેન્ટીમીટર જેટલો જથો વાપરવાની ભલામણ કરવામાં આવેલી હોવાથી, આસરે વીશ રતલના વજનના કુતરામાં આસરે પચાસ ક્યુબીક સેન્ટીમીટર જેટલો જથો સલામતી દાખલ કરી શકાશે એવું માનવામાં આવ્યું હતું. આ સબબે એટલાં જોસવાળી ગરમ મેળવણી પંદર રતલના વજનના કુતરાના પાછળના પગની નસમાં દાખલ કરવામાં આવી હતી. પણ દસ ક્યુબીક સેન્ટીમીટર જેટલો જથો દાખલ કરવામાં આવ્યો તેટલામાં તો કુતરો મુશકેલીથી દમ લેવા લાગ્યો, તથા સવા મીનીટમાં મરણ પામ્યો. તેની લાશ ચીરીને તપાસતાં તેના મરણનો સબબ નસમાં લોહી બંધાઇ જવાનો માલુમ પડયો હતો. કરવામાં આવેલા વધુ અખતરાનું પરિણામ પણ એવું જ આવ્યું. પાંચ ક્યુબીક સેન્ટીમીટર જેટલો જથો ત્રેસઠ સેકંડમાં મોત લાવવાને પુરતો થઇ પડતો હતો.

ફક્ત ૦)૫૦ ટકાની મેળવણી વાળા પોટેશીઅમ પરમેંગેનેટથી અખતરા કરતાં મરણ એટલું ઝડપથી નીપજતું નહી હતું, પણ પરિણામ એટલું જ ખાતરી પૂર્વક આવતું હતું. દાખલા તરીકે પંદર રતલના વજનના એક કુતરાની નસમાં ચાર મીનીટના અરસામાં પોટેશીઅમ પરમેંગેનેટની સેંકડે ૦)૫૦ ટકા જેટલી મેળવણીનો ચાળીસ ક્યુબીક સેંટીમીટર

જેટલો દાખલ કરવામાં આવ્યો હતો. બીજે દિવસે તેનો પગ સુજી આવ્યો હતો ત્યાં ગાદ ઉડયા હતા પણ રફતે રફતે તે ઘટીને સરાસરી કદ ઉપર આવી ગયો. પણ તે છતાં દવા દાખલ કીધા પછી સાત દીવસે કુતરો તવાઇને મરણ પામ્યો. તેની લાસ ચીરીને તપાસતાં અંદરની બારીક ચામડી ઘણી જ પીળી મારી ગયેલી માલમ પડી. કાળજુ લીંબુ જેવા પીળા રંગનું બની ગયેલું તથા સહેલથી ભાંગીને ભુકો થઈ જાય તેવું માલમ પડયું હતું, તથા ફોસફરસના સખત ઝેરથી મરણ પામેલાનું કાળજું જેવી સ્થિતિમાં માલમ પડે છે તેવું લાગ્યુ હતું. જમણું ફેફસું ઘણું જ સંકોચાઇ ગયું હતું, તથા જામેલી રસીથી ભરાયલું જેવું લાગતું હતું. જો કે પાણીમાં તેના ભાગો મુકતાં તે તરતા હતા. બંને ગુરદા અથવા મુત્રપિંડ ઘણાજ સંકોચાઇ ગયા હતા.

બીજા કુતરાની નસમાં પચાસ કયુબીક સેનટીમીટર જેટલો જથો દાખલ કરવામાં આવ્યો હતો તેને પેટમાં જબરો ચુંકો થયેલો લાગતો હતો. તથા ઝાડાઅને મોઢા વાટે લોહી પસાર થતું હતું. બીજે દિવસે તેનું મુત્ર કાળા ભુરા રંગનું માલમ પડયું હતું, તથા તેમાં "મેન્ગેનીઝ"ની નિશાની દેખાતી હતી. પણ ઘણો સુજી આવ્યો હતો. કુતરો બીજે દિવસે મરણ પામ્યો હતો, ચીરીને તેની લાસ તપાસતાં તેનાં ફેફસાં સંકોચાઈ ગયેલાં માલમ પડયાં હતાં હૃદયમાં લોહીના ગાંઠા બંધાયા હતા. કાળજુ ઝાંખા રંગનું બન્યું હતું તથા ચરબીવાળા કાળજાની માફક હેરફેર રંગનું બનીગયું હતું. તથા તેમાં બલગમના ડાઘા દેખાતા હતા. ગુરદા કે મુત્રપિંડ મોટા થયા હતા, તથા જાંબુડી રંગના બન્યા હતા. તથા ઘણા સંકોચાઇ ગયા હતા. તલી કે પ્લીહા ફેફસાં જેવી પોતાની ફ્રાટમાંથી હવા બાહેર પાડનારી બની ગઇ હતી. તેને કાપતાં તેમાંથી હવા સહેલાઇથી કહાડી શકાતી હતી. લાસ તદન તાજી હતી, જેથી એમ નહી કહી શકાશે કે આ સ્થિતિ કોહોવાટને સબબે ઊપજી થઇ હતી, પણ પોટેશીઅમ પરમેંગેનેટમાથી બાહેર પડેલી ઓક્ષીજનને સબબે આવી હાલત થયેલી હોયાનું અનુમાન ખેંચી શકાય છે. ફુક્શે તદન બેસી ગયો હતો તેમાં એક ટાંકણીના માથાથી તે વટાણા જેવા કેટલાક શાહી જેવા કાળા ગાંગડા બંધાઇ ગયા હતા; જે પગમાં મેળવણી દાખલ કરવામાં આવી હતી તેની આખી નસમાં લોહી બંધાઇ ગયું હતું.

મળેલો ઉપલો અનુભવ જોતાં એક માણસને સર્પના ડંખથી મરણ પામતાં બચાવવા માટે પણ એવી રઢીથી કામ લેવાનું પગલું ઉછાંછળું જ ગણાશે.

અમે અત્યાર સુધીમાં જે અખતરા કીધા છે તે ઉપરથી લાગે છે કે પોટેશીઅમ પરમેંગેનેટની સેંકડે પાંચ ટકા જેટલી મેળવણી ડંખવાળા ભાગમાં દાખલ કરવાનું પરિણામ આશા આપનારૂં નથી. કારણકે સેંકડે દસ ટકા જેટલી મેળવણી તે ભાગમાં કોહોવાટ ઉત્પન્ન કરે છે, તથા એક કુતરાના પગની ચામડી નીચે તે દાખલ કરતાં ચામડી ઘણી ઉખડી જતી માલમ પડી હતી."

આ લેખની સમાપ્તી કરતાં અમારી નમ્ર વિનંતી છે કે શ્લેષ્મ રોગ દ્વારા શરીરમાંથી નીકળતા મળને ત્રણ ચાર દિવસ ન અટકાવતાં તેને નીકળવાજ દેવો અને તે પછી બંધ ન પડતાં લાંબો વખત રહે તો ઊપર બતાવેલા નાસના (Steam Bath) ના કુદરતી ઉપાય કરવા. અગર તે ઉપર ભરૂસો ન રહે તો છેવટે આ લેખમાં જણાવેલા ઘર ગુતી ઝહેરી વસ્તુઓ શોનાયના ઉપચાર કરવા એ વધારે સારું છે.

લેખક:—તંત્રી.

૩૮ બોધન પારાને પુરવે કહેલા સંસ્કારથી ષંઢત્વ આવે છે તે જવા માટે અને તેનું સામર્થ્ય વધારવા માટે ભોજપત્ર સીંધવ પાણી એમાં પચન કરવો.

૩૦ બોધન પારો લીંબુના રસમાં કીંવા આમ્લવર્ગમાં મીઠું નાંખી ખલવો તે માટલામાં ઘાલી તેમાં પારો મુકવો અને થોડુ પાણી નાંખી ઊપર સગવનું ઢાંકણુ ઢાંકી સધી લેપ કરી ઊપર લઘુપુટ આપવું એટલે પારાનો ગોળો થાય છે.

૪૦ બોધન પુર્વ સંસ્કારથી સંસ્કૃત પારો ષંઢ થાય છે માટે પારો મારવાની ઔષધીના કાઢામાં પચન કરવાથી બળવાન થાય છે.

૪૧ બોધન પારો મોટી મુગસવેલીનો કાંદો આમલી વાંઝણી કંકોડી જલભાંગરો અને મોથ એના કાઢામાં પચન કરવાથી શંઢત્વ જઇ ઊત્તમ થાય છે.

૪૨ **અથ નીયમન**–ચોરૂ મુગસવેલ આંમલી, વાંઝણી કંકોડી જલભાંગરો મોથ અને ધંતુરો એના રસમાં કીંવા કાઢામા એક દીવસ મંદાગ્ની ઊપર પચન કરવાથી સ્થીર થાય છે.

૪૩ નીયમન જમીનમાંથી લાલ સીંધવનો મોટો કાંકરો લેઇ તેને કોરી માહ્ય પારો ભરવો અને તેના ઉપર ચણાનો ક્ષાર આઠ આંગલ રેડી નીચે અગ્ની કરવો, પચન થવા પછી કાંજીમાં ઘુંટવો એ પ્રમાણે સાત દીવસ કરવું આ સસ્કારને પંડીતે નીયમન એવું નામ આપ્યું છે જો ચણાનો ક્ષાર ન મળે તો તેના અભાવે નવમાર અગર સાજીખાર નાંખવો એવું ભાસ્કરે કહ્યું છે.

૪૪ **અથ સંદીપન**–હીરાકસી ચને પંચલવણ લેઇ તેના ઉપર વારવાર લીંબુરસ નાંખતા જવું પછી સીંધવના કાકરાને કોરી તેમા સીંધવયુક્ત પારો ઘાલી તેના ઊપર પુર્વોક્ત સીંધવ અને લીંબુ નાખી તેના ઉપર આઠ આગળ ધુળ પાથરવી પછી સરગુનો કડવા સગ્રુવાનાં બીજ ટંકણ એકત્ર વાટી કાંજીમાં મેળવી કાજીમાં દોલાયંત્રથી ત્રણ દીવસ પચન કરવો એટલે તે પારો જીરણ સંસ્કાર મધ્યે દીપન થાય છે.

૪૫ સંદીપન પારો ચીગકના રસ અને કાંજીમાં એક દીવસ દોલાયત્રથી પચન કરવો એટલે ઉત્તમ દીપન થશે.

૪૬ અથાનુવાસન દીપન કરેલો પારો મૃતીકાના પાત્રમા કીંવા પથરના વાસણમા મુકી તેમાં લીંબુ રસ રેડી એક દીવસ તડકામા સુકવવો.

૪૭ **અથાનુવાસન**–પારો સુઠ મરી પીપર જીરૂ મીઠુ ચીત્રકમુલ હીંગ અને હજાર લીંબુનો રસ એમાં ૨૦ દીવસ ઘુંટવો એટલે અગ્ની સરખું પરાક્રમ કરશે.

૪૮ મુખ્ય દોષોને મટાડનાર શોધનનો પ્રકાર કુવાર પારાના મેલને મટાડે છે, ત્રીફળાં પારામાંના અગ્નીને મટાડે છે. ચીત્રો પાગના ઝેરને મટાડે છે માટે એઓને ભેલાં કરી તેઓથી સાતવાર પારાનું ખલમાં મર્દન કરવું એકવાર સુકાઇ જાય એટલે બીજીવાર એમ સાતવાર મર્દન કરવું. (ભાવપ્રકાશ).

૪૯ ટુંકો અને સઘળા દોષોને મટાડનાર–સોધનનો પ્રકાર–કુવારચીત્રો રાતા સરસવ બોંય રીંગણી હરડાં બેડા આમલાં એઓનો કવાથ કરી તેથી ત્રણ દીવસ સુધી ખલમાં પારાનું મર્દન કરવું એટલે પારો સઘળા મેલથી રહીત થાય છે. પછી કુવારના રસથી અને

હલદરથી એક દીવસ સુધી પારાનું મર્દન કરવું એમ કરવાથી પારો નપુંસક થઇ જાય છે એમાં સંસય નથી પછી નેારવેલ આંબલી વાંઝણી કંકોડી ભાંગરેા અને મેાથ એએાના કવાથમાં દેાલાયંત્રથી પારાને બાફવેા એટલે પારેા બળવાન થાય છે પછી ચીત્રકના કવાથમાં એવી જ રીતે બાફવેા એટલે પારેા અત્યંત પ્રદીપ્ત થાય છે.

૫૦ **પારાનું શેાધન**–રાઇ અને લસણુ એઉને વાટીને તેનેા ગેાળેા બાંધવેા તેની વચમાં પારેા મુકીને કેલના પાત્રાથી વીંટાળવું તેની ઊપર ચારે બાજુએથી કપડાંનેા દડેા બાંધીને દેાલાયંત્રમાં અગાઊ લખેલી રીતે બાંધીને કાંજીમાં ત્રણ દીવસ અને રાત પકાવવું પછી તેમાંથી પારેા કાઢીને કુવારના રસમાં એક દીવસ સુધી ખલ કરવેા તેવી જ રીતે ચીત્રકના રસમાં માલકાંકણીના રસમાં ત્રીફળાના કાઢામાં એક એક દીવસ ખલ કરવું પછી તેને કાંજીમાં ધેાવેા. પછી પાણીમાં અને પછી છાશમાં એક પછી એકમાં ધેાઇને એાસડેાના રસમાંથી જુદેા પાડીને ફરી લીંબુના રસમાં એક દીવસ ખલ કરવેા પછી પારાથી અડધુ સીંધાલુણ મેલવીને એક દીવસ ખલવું પછી રાઇ લસણ અને નવસાર એ ત્રણનું વજન પારાની બરાબર લઇને ચેાખાનેા કુડેા કાઢી તેમાં સરવે એકઠું ખલ કરવું અને સુકાયાથી તેના ગેાળાને ચકરની રીતે બનાવી તેને ફરતેા હીંગનેા લેપ કરી તે ગેાળાને હાંલ્લામાં મુકી તેના ઊપર સમુદ્ર મીઠું ભરી હાંલા ઉપર બીજું હાંલ્લુ ઊંધુ પાડી તેનું મેાં મજબુત બાંધી કપડછાદ કરી સુકવવું પછી તે હાંલ્લુ ચુલા ઊપર મુકી અગ્ની કરવેા હાંલ્લુ તપેથી પારેા ગળી પડે માટે ઊપલા હાંલ્લાને પાણીમાં કપડાની પીછી બોળવી ઊપલા હાંલા ઊપર પાણી છીપતા રહેવું તેને ગરમ થવા કે સુકાવા ન દેવું એવી રીતે ચુલાનેા જલદ પ્રખર અગ્ની બાર કલાક સુધી કરવેા પછી સારી રીતે ટંડુ પડેથી હાંલાને આસ્તે આસ્તે છેાડી તેમાં આજુ બાજુએ પારેા વળગ્યેા રહેલેા હેાય તે પારેા શુદ્ધ અને દેાષ રહીત થએલેા જાણવેા.

૫૧ **પારદ દેાષ શાન્તિ**–એ માસ ગંધક ગાયના દુધ સાથે પીવાથી પારાના દેાષેાથી મુક્ત થાય છે. બીજુ નાગરવેલના પાંનનેા રસ એક પ્રસ્થ જલભાંગરાનેા રસ એક પ્રસ્થ તુલસીનેા રસ એક પ્રસ્થ બકરીનું દુધ એક પ્રસ્થ સર્વ એકઠ્ઠ કરી ત્રણ દીવસ સુધી બબે પહેાર પર્યંત સર્વ અંગેામાં મર્દન કરીને ટાઢા પાણીથી સ્નાન કરવું તેથી પારાના દેાષેાથી મુક્ત થશે.

૫૨ **હીંગલેાકમાંથી પારેા કાઢવાનેા પ્રકાર**–હીંગલેાકને લીંબુના રસમાં કીંવા લીમડાના પાનડાંના રસમાં એક પહેાર સુધી ખલ કરવેા ને સુકવી યંત્ર પ્રકરણમાં કહેલા ઉર્ધ્વપાતન યંત્રથી પારાને ઊડાવી લેવેા પછી કુવરનું પાઠું એાંધરીંગણી રાતા સરસવ ચીત્રક હરડાં બેહડાં આંબળાં અને બેહડાંના ઊકાળામાં ત્રણ દીવસસુધી ખલ કરવેા તેમ કરવાથી પારેા સર્વ મળરહીત શુદ્ધ થાય છે કુવારનેા રસ અને હલદરના ચુરણ સાથે એક દીવસ ખલ કરવાથી પારેા ષંઢ થાય છે પછી તેને સુંઠના ઊકાળામાં એક દીવસ સ્વેદન કરવેા પછી હાથીયા થેાર આંબલી વાંઝણી કંકેડી જલ ભાગરેા અને મેાથના ઊકાળામાં એક દીવસ સ્વેદન કરવાથી બળવાન થાય છે પછી ચીત્રકના ઉકાળામાં સ્વેદન કરવાથી બહુ સારેા થાય છે આ પ્રમાણે સુગમ રીતે શેાધન વીધી કહી.

સુપ્રસિદ્ધ વઈદ જેઠાભાઈ જાદવજી શાહ કચ્છ માંડવી નાગલપુર વાળાનાં

અમુલ્ય ઔષધો.

અમૃતસજીવન ગોળીઓ.

શરીરના ગુપ્ત અવયવોની નસો શંકોચાઈ જવાથી પુરૂષત્વનો નાશ થાય છે, વીર્યનો નાશ થવાથી, ખરાબ સોબતથી, હસ્તદોષ, સ્વપ્નદોષ, કુચેષ્ટા તેમજ બીજા ઘણાં કારણોથી થએલ નામરદીનો નાશ કરીવીર્યને પુરતા જથામાં વધારી તાકત આપે છે. તેમજ સર્વે જાતના પ્રમેહનાં દરદોને મટાડી, લોહી સુધારી, વીર્યને ઘટ બનાવી, જ્ઞાનતંતુને સતેજ કરી, પેશાબમાં; સ્વપનામાં અગર બીજા કોઈ પણ કારણથી થતા ધાતુપાતને બંધ કરી ખરૂં અને કાયમનું પુરૂષત્વ આપે છે, વળી પાચનશક્તિ સુધારવી અને દસ્તને સાફ લાવવો એ તેના ખાશ ગુણ છે, રોગીને રોગથી મુક્ત કરનાર અને નિરોગીને દીરઘાયુ કરનાર આ એક ઉતમ ઔષધ છે   કીમત ગોળી ૪૦ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧.

સ્વદેશી મંજન.

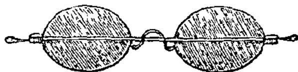
આ મંજન હમેશાં દાંતોને લગાડવાથી મોઢાના તમામ દરદોને મટાડી મોઢું સ્વચ્છ કરી દાંતોને મજબુત બનાવે છે,   કીમત ડબી ૧ ના આના ૪.

દરેક દવાઓનું પોસ્ટેજ અને વી. પી. ખર્ચ જુદું પડશે.

મળવાનું ઠેકાણું—એસ. જે. વૈદ્યની કું.
કચ્છ માંડવી ઇસ્પીતાલ.



ખરા પેબલના ચસ્મા.



વિલાયતમાં પાસ થયેલા આંખના ડાક્ટર બળવંતરાય નરસિંહરાય કાનુગા એલ, એમ, એન્ડ એસ. અને એલ, આર, સી, પી, ને અમારે ત્યાં ડાક્ટરી ચસ્માની પેટીમાંથી આંખ તપાસી ચસ્માનો નંબર મફત કાઢવા માટે રોકવામાં આવ્યા છે. મોતીઆના ચસ્મા તથા કમ્પાઉન્ડ ગ્લાસ પણ અમારે ત્યાંથી દરેક જાતના મળે છે. સદ્‌ગૃહસ્થો તથા બાનુઓની સગવડ માટે ઘેર બોલાવવાથી :ડાકતરી ચસ્માની પેટીમાંથી આંખ તપાસી ચસ્માનો નંબર મફત કાઢવામાં આવે છે. અમારે ત્યાંથી લીધેલા પેબલના ચસ્માનો નંબર એક વરસ સુધી પૈસા લીધા વિના ફેરફાર કરી આપવામાં આવે છે. એક વરસ પછી અમારે ત્યાંથી લીધેલા ચસ્મા અગર જુના પેબલના ચસ્માનો નંબર ફકત રૂપીઓ એક લઈ કાચ ફેરફાર કરવામાં આવે છે. ખાસ જૈનના સાધુ સાધવીઓના માટે નફો લીધા વિના ચસ્મા આપવામાં આવે છે.

એન હોલની સઘળી દવાઓ અમારે ત્યાંથી મળશે.

ચુનીલાલ મયાચંદ મહેતા—અમદાવાદ, ત્રણ દરવાજા નં. ૩૬૧૪.

REGISTERED No B. 778

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાની નૂતન શોધખોળોના
ઉત્તમ ગ્રહસ્થોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતુ લોકપ્રિય વૈદકીય માસિક

ધન્વંતરી.

DHANVANTARI

દરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.] સપ્ટેમ્બર, ૧૯૧૦ અંક ૯ મો

સદ્ગત તંત્રી—ડૉ. મંજુલાલ ભોગીલાલ કંથારીઆ.
એમ બી પી એસ, એલ સી એચ બી (કલકત્તા)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મસીના માલેક,
ભોગીલાલ ત્રીકમલાલ વકીલ.
વીસનગર—ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોસ્ટેજ સાથે અગાઉથી ૨-૦-૦ છુટી નકલના ૦-૩-૦

સોરઠો

મોજ મજાહમાં રોજ, રહેવું હોય જો શીતરી,
ખોજ સહિત પ્રતિરોજ, તો વાંચો "ધન્વંતરી."

"શ્રી સત્યનારાયણ' પ્રિન્ટિંગ પ્રેસમાં પટેલ મોતીલાલ કાળીદાસે છાપ્યું
ઘી કાંટા—અમદાવાદ.

અનુક્રમણિકા.

धन्वन्तरी.

SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरिं धृतघटामृत पूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकल सिद्धसुरेन्द्रवन्द्यम् ॥
वन्देऽरविन्दनयनं मणिमाल्यमायुर्वेदप्रवर्तनमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમાં અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા પીળા વસ્ત્ર ધારણ કરનારા, સર્વે સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ જેવા નેત્રવાળા, મણીમાળાને પ્હેરી રહેલા આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક અને વળી જેમના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે એવા શ્રી ધન્વંતરી ભગવાનને હું નમન કરૂં છું

"MENS SANA IN CORPORE SANO" "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૩ જું.] ડીસેમ્બર ૧૯૧૦. [અંક ૯ મો.

DISEASES FROM CIGARETTES & CIGARS.

सिगार सिगारेट (चुरट) से बीमारियां

अफसोस आज इतनी है कसरत सीगार की ।
घर २ में होरही है हकूमत सिगार की ॥
नादार, मुफलिस, अहले दवल, और गनी धनी।
रखते हैं डिबिया जेवमें हजरत सिगार की ॥
ईसाइ, हिन्दू और मुसलमान आज कल ।
करते हैं शौको शौख से दावत सिगार की ॥
जामे शराब पीके उडाते हैं जब कि पान ।
आती है अहले वउस में नौवत सिगार की ॥
घर में, सडक पै, बाग में, गुलगश्तो सैर में ।

एक दम भी शाक होती है फ़ुकत सिगारकी ॥
होटों के साथ मिस्ले हुवां मुंह में रखते हैं ।
जागी हुइ अजीब है किस्मत सिगार की ॥
पीने को लोग पीते हैं और सोचते नही ।
क्या २ धुआ उडाती है उल्फत सिगार की ॥
सर दर्द हाजमें की शिकायत, दमे का रोग ।
बीमारियों का घर है हलावत सिगार की ॥
दोनों के दोनो लेते हैं आंखों की रोशनी ।
सिगरेट का प्यार और मुहब्बत सिगार की ॥
बन्दे नवाज अर्ज है फिदवी की आप से ।
छोडो खुदा के वास्ते आदत सिगार की ॥

તમાકુ વિષે ટપ્પો.

(મનહર.)

તપખ઼ીર સુંઘે જન જુઓ તેનું કેવું તન !?
જાણે ધુળનુંજ વન બહુ દુઃખકાર છે;
લૂગડાં સદાય મેલાં હાલ બહુ દીસે ઘેલા,
નાકમાથી ચાલે રેલા ગંધનું આગાર છે.
કહિયે ભુલાય નહિ આઘી પાછી થાય નહિ,
સદા સાથે રહે સહી ખાલી ખોટો ભાર છે;
વ્યસનીને વળગી તે કદિ નવ અળગી તે,
સાથ મટતાં લગી તે એવી બુરી નાર છે.

CRIMINAL OPERATIONS.

(BY:HUGH MANN.)

In a New York newspaper of recent date, was published an account of operation that was performed upon a female patient, when the internal organs were exposed to view it was found that a mistake had been made—the operation had been performed on a wrong woman.

This clever (?) piece of criminal butchery was performed in the amphitheatre of a New York medical school, where only graduated physicians are admitted for a post-graduate course. (This shows what our modern medical colleges teach the students).

The very erudite (?) surgeon who accomplished this scientific (?) task was not embarassed in the least, and found a ready excuse for his criminal mistake. We will quote his exact statement verbatim, " It is true that I made a mistake in the patient, which I did not discover until after I had opened the abdominal cavity. No harm was done however, as the patient operated upon, and the woman for whom I mistook her, were suffering from the same disorder. and practically the same operation was required upon each."

"I did not detect my mistake until I examined the internal organs exposed by the operation, and then I noted that certain complications which I had expected to find were wanting"

" No injury was done the patient as a result of the mistake. The same incision was necessary in one case as in the other. The patient is still in the hospital and doing well. *The operation was a success*"

Yes ! the same old moss-grown story, "*the operation was a success*" only the patient died. How ungrateful the patients are to die and spoil the results of the surgeons' scientific (sic) work ! ? !

Tte above case is only one of many similar criminal operations that are daily being performed upon men, women and children. Not necessarily where one patient was mistaken for another, but where operations were performed needlessly and recklessly. It is, indeed, only too true that there are many physicians who would rather perform operations than eat, and who would advise every one to have their vermiform appendix removed as a preventitive (sic) of appendicitis; and who advise every woman whether married or single, old or young, to have her ovories removed.

always uphold their claims by the cures they have made.

* * * * * *

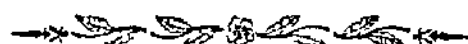
There appeared in New York newspapers of Aug 3,1905, an account of the case of a young lady lying in a New york hospital where she was literally tortured for a period of eighteen months, bec use the physicians in charge did not know the cause and c re of sciatic rheumatism, and employed the socalled scientific(?) treatment now in vogue.

The treatment was such that gangrene set in and the wonderful (sic) medicos resorted to the scalpel to prevent the inroads of blood-poisoning which followed their "quack" treatment. Her left leg was carved inch by inch until they were compelled to amputate it entirely.

Is not this a pronounced case of mal-practice? If this is not quackery, then there is no such thing. Oh! Ye gods! what scientific (sic) medicine can do for you

Here is a very good opportunity for country medical societies to prove its sincerity in desiring to eradicate the quack physicians. Will they do so? If the relatives of this youn lady had consulted a nature cure physician before any surgical treatment was employed, he would have succeeded in curing the patient.

Yes! the physicians have organised themselves into medical societies for the benefit of the public—to be enabled to practice on them without fear of prosecution.



FASTING FOR CURING DISEASES.*

(By Dr. Samaldas Nanji. of Balaghat C. P)



Fasting means abstaining from food and not from water. Nearly all ailments and diseases that afflict mankind in consequence of unscientific eating and drinking will marvelously yield to, and be cured by, a short or long fast adopted according to the gravity or degree of illness. Even a fast of one day

‡ Written expressly for the "Dhanwantari."

will often effect a cure. While fasting, one is advised to take hot lemonade with but little, if any, sugar. A moderate sized half lemon to two cups of water will do. This may be used with advantage as often as one desires for quenching t natural thirst. In a desperate case of illness absolute fasting for a longer period is necessary in order to avoid death of the patient. *Fasting is the most effectual way of assisting* Nature in its great curative work, and the tide of the disease will be turned in the shortest time. The omission of the early morning meal and obedience to the other laws of life, such as, eating, drinking, and breathing scientifically will relieve the body of petty illnesses in a very short time, but in an extreme case a long fast is very necessary. When one takes a fast, Nature being relieved of her usual daily drudgery, can apply all her power and forces to the expelling of past accumulations of foreign substances & poison from the blood through the excretory organs. I shall be glad to give interesting information to your readers on Health Without Drugs and True Science of Life, as well as the latest books bearing on this useful matter.

REVIEW.

The "General Dispenser":—Mr K S Agnihotri Ph. G., is to be much congratulated for publishing such a concise and very useful little volume, to serve as a thoroughly reliable and ready reference book to the busy Medical Practioners, Hospital Assistants, Compounders & all others of the profession. Terse and valuable information on all important branches of the art of disponsing is given and arranged in such a way as to save the bother of gleaning the same from larger bulky volumes. The book is divided into seven chapters as follows— I. duties of the compounder, II. List of drugs with doses and Actions; III. Pharmacy, IV. Important Incompatibles, V. The Prescription: VI. Dose, Time and mode of administration of Medicine, and the last chapter VII. treats of Anatomy & Physiology. There are altogether 260 pages in the book, and

is nicely bound in a way to be conveniently carried in the pocket. Within a few years the book has passed through the third edition, which is a positive proof of its usefulness & popularity. It is priced at Rs 1—4—0, and can be had from the author, Mr. K. S. Agnihotri Ph G., Sub Assistant Surgeon,

Panhala, S. M. C.

दवाओ नुकशानकारक शा माटे छे, तेना केटलाक संक्षिप्त मुद्दा.

(લેખકઃ—ડૉક્ટર મહાદેવપ્રસાદ. ઇ એસ. ઇ., એન. ડી.)

૧. દવાઓ એ ખોરાકની ચીજ નહિ હોવાથી, અસ્વાભાવિક અને નુકશાન કારક જ હોવી જોઇયે એ સ્પષ્ટ છે. મનુષ્યો અને પ્રાણિઓની સ્વાભાવિક લાગણીઓ અને પ્રેરણા બુદ્ધિ દવાઓ તરફ અતિશય અણગમો બતાવે છે.

૨. સાજા માણસને દવાઓ ખવરાવવાથી તે માંદો થાય છે. માટે જે ચીજો બળવાન સાજા માણસને હાનિ કરતા થઇ પડે છે, તે ચીજો અથવા દવાઓ નિર્બલ, અને બહુજ લાગણીવાળા દરદીને તો વધારે નુકશાન કરતા થાય તે દેખીતુંજ છે

૩. સર્વ રોગો માટે પાવામાં આવતી દવાઓ કાંઇ રોગી ભાગ તરફ સીધીજ જતી નથી પણ, મુખ, ગળુ, હોજરી, આંતરડાં, ફેફસાં, હ્રદય, રક્તવાહિનીઓ, મગજ, અને શરીરના બીજા એકે એક ભાગમાં લોહીની સાથે ફરે છે. તેથી શરીરના બીજા સારા ભાગ પણ થોડા વધારે પ્રમાણમાં બગડે છે. ચોપડવાની સર્વ દવાઓ જ્ઞાનતંતુઓને લાગણી વગરના જડ અને મુડદાલ બનાવી દે છે. અત્યંત મલીન કચરો શરીરમાંથી ગુમડાં, ચાંદાં, ધારાં વિગેરેની મારફત બહાર નિકળી જતો હોય છે, તે મલમો ચોપડવાથી શરીરની અંદરના ઉપયોગી અવયવો તરફ પાછો વળી, તે તે અવયવોના વધારે ભયંકર રોગો ઉત્પન્ન કરે છે.

૪. પારો, સોમલ, હરતાલ, વછનાગ, ઝેરકચોલાં, વિગેરે વિગેરે અનેક પ્રબળ ઝેરો તો સર્વોત્તમ દવાઓ ગણાય છે, અને વપરાય છે!!! દવાની અકસીરતા અને ઉત્તમતાનો નિર્ણય વૈદ ડોકટરો તેમાં રહેલા ઝેરી તત્વના વધુ પ્રમાણને આધારે કરે છે. એટલે કે વધારે ઝેરી દવાઓ વધારે સારી અને વધારે મોંઘી ગણાય છે.

૫. દવાઓ રોગના ખરા કારણનો કદિપણ નાશ કરી શક્તી નથી. રોગના ખરા મૂળને તો તે પહોંચી શકતીજ નથી. જ્યારે જ્યારે દવાઓથી રોગ મટેલો અણસમજુ મનુષ્યોને જણાય છે, ત્યારે ત્યારે સર્વ તેવા દાખલાઓમાં સૂક્ષ્મ અવલોકન કરનાર બુદ્ધિમાન મનુષ્યને રોગનાં બહારનાં ચિન્હોજ માત્ર દબાઈ ગયેલાં જડી આવે છે. શરીરરૂપી

મૂર્ખાઇ ભરેલું છે ? ! ! અમારૂં તો એવું સ્પષ્ટ માનવું અને એવો જાતિ અનુભવ છે કે, દવાઓ લોકોને કુદરતના કાયદાનો ભંગ કરવા, અને અનીતિને માર્ગે ચાલવા લલચાવે છે. દાખલા તરીકે, જો મનુષ્યોને સ્પષ્ટ રીતે સમજાવવામાં આવે કે વ્યભિચાર અથવા જાર-કર્મ કરવાથી થતા પ્રમેહ–ચાંદી વગેરે દુ:ખદ રોગોમાંથી બચવાનો માત્ર એકજ ઉપાય એ છે કે, તેવા કર્મથી હમેશ દૂર રહેવું, અને તે સિવાય બીજો કોઇ ઇલાજજ નથી, અને જો તેવું કર્મ કર્યું તો તેનાં બેહદ કડવાં ફળ આખા જન્મભર પોતાને અને બે ત્રણ પેઢીઓ સુધી પોતાની સંતતીને ભોગવ્યા વગર છુટકોજ નથી તો નક્કીજ માનજો કે તેવાં નિંદ્ય કર્મ કરવાની હિંમત કોઈ ક્વચિતજ કરી શકશે. પરંતુ પરમીયા, ચાંદી વિગેરેની સેંકડો જાતની હજારો જાહેર ખબરોનો ભાવાર્થ શું હોય છે ? આવી દવાઓવાળા તો એમજ કહેતા જણાય છે કે, “ઓ ઇશ્કબાજી અને બદફેલીમાં મશગુલ બનેલા વિષયાંધ લોકો ! તમે તમારા નીચ કર્મમા નિર્ભય અને નિ:શંક રીતે મંડયા રહો. તમો જરાપણ ડરશો નહિ. તમે નીતિશાસ્ત્ર, શારીરશાસ્ત્ર, ધર્મશાસ્ત્ર, અને સવ ઇશ્વરી પવિત્ર નિયમોપર પાણી ફેરવો છો, તોપણ કાંઇ ફિકર નહિ. પરમેશ્વરનો કે રતના કે બીજા કોઇના શા ભાર છે કે તમને પરમીયા જેવા દરદ રૂપી શિક્ષાથી હેરાન કરી શકે ? જ્યારે ગુન્હામાં તમે સપડાઇને રોગી બનો ત્યારે માત્ર બે ચાર રૂપૈયા અમારા તરફ સલામી તરીકે મોકલી, અમારી દવાનો માત્ર બે ચાર દિવસ ઉપયોગ કરજો, એટલે તમે અગાઉ હતા તેટલાજ નિરોગ, અને સુખી, અગર કદાચ વધારે ખુબસુરત અને ફરી જવાન બની જશો ! ! !” વિગેરે.

આના ઇશ્વરને પણ હંફાવે, અને તેની નિ:શંક અને અકસીર રીતે અવજ્ઞા કરી શકે તેવા બહાદુર “ ગોળી ”બાજ ડૉકટરો અને વૈદો હજારોની સંખ્યામાં દુનિયાંપર અને આપણા દેશમા હાજર છતાં, કોણ એવો નાસ્તિક કહી શકશે કે, પરમેશ્વરના પણ દહાડા દુનિયાંપર વમતા નથી ? ! ! !



केटलांक दुव्यसनो

—जेवांके—

च्हा, अफीण अने दारु.

—:o:—

(લેખક: ડૉકટર મહાદેવપ્રસાદ બ. એમ. બી., એન. ડી.)

ચના—અમારા એક સજ્જન મિત્ર રા. કલ્યાણજી વિઠ્ઠલભાઇ મહેતાએ અમને લખી જણાવ્યું કે, થોડા વખતમાં પ્રસિદ્ધ થનાર એક પુસ્તકમાં વ્યસનો વિષે કેટલાક પ્રમાણ ભૂત અભિપ્રાયો દાખલ કરવાની જરૂર છે; માટે માત્ર વૈદકિય દ્રષ્ટિથીજ આ વ્યસનોથી થતાં નુકશાનો બહુજ ટુંકાણમાં, પણ બને તેટલી સંપૂર્ણ રીતે લખી મોકલવાં આ માગણીને અનુસરી આ લેખમાં લખેલા બાબતો સંબંધી જવાબ તેમને લખી મોકલવામાં આવ્યો હતો. તેમાં તમાકુ વીગેરે બીજી કેટલીક બાબતોનો સમાવેશ હતો; પરંતુ તે વિષયો સંબંધી અગાઉ આ માસિકમાં વિવેચન થઈ ગયેલું હોવાથી તેવી કેટલીક બાબતો અત્ર દાખલ કરી નથી.

ચ્હા.

ચ્હાનું વ્યસન નિરૂપયોગી અને નુકશાનકારક છે તેનાં કેટલાક મુખ્ય કારણો નીચે પ્રમાણે છેઃ—

૧. ચ્હામા પોષણનાં તત્ત્વો બિલકુલ નથી, અને માત્ર ખોરાકની વસ્તુઓજ શરીરના બળમાં ખરો ઉમેરો કે વધારો કરી શકે છે; પરંતુ ચ્હામાં ખોરાકનું તત્વ મુદ્દલ નહિ હોવાથી તે શરીરનું બળ ખરી રીતે જરાપણ વધારી શકતો નથી.

૨ ચ્હા માત્ર ક્ષોભક, ઊત્તેજક અને માદક ગુણવાળો હોવાથી તે થાકેલા શરીર પાસે ઊલટું વધારે કામ કરાવે છે. અને તેથી થાકી ગએલા બળદને ચાબકા મારી તથા પરોણા ઘોંચી ખૂબ દોડાવ દોડાવ કરવાથી તેની જેવી વલે થાય, તેવી ચ્હાના વ્યસનીના શરીરની થાય છે. અર્થાત ધીરે ધીરે પણ અચુકરીતે તે નિર્બળ બનતું જાય છે.

૩ ઘણા શારીર વિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓનો મત છે કે, શરીરયંત્રના દરરોજના ઘસારાથી ઉત્પન્ન થતી રાખ અથવા કચરો બહાર નીકળી જતો ચ્હાના વ્યસનથી અટકે છે, અને જ્યાં ત્યાં કચરો ભરાયેલા યંત્રની જેવી હાલત થાય, તેવીજ કેટલેક અંશે ચ્હાના વ્યસનીની ગોડી વહેલી થાય છે

૪ ચ્હા પીધા પછી હૃદય ઉશ્કેરાએલુ માલુમ પડે છે, તથા ચ્હાની સાથે દાખલ થતા ઝેરી તત્વોને શરીરમાથી કાઢી નાખવાની નકામી વેઠ મુત્ર પિંડને ઊઠાવવી પડે છે. અને તેથી ચ્હા પીધા પછી ઘણું કરી અડધા કલાકે પેસાબ કરવાની હાજત થાય છે. આ ઊપરથી સ્પષ્ટ થાય છે કે, લાબા વખતે ચ્હાના વ્યસનથી હૃદય અને મુત્રપિંડ નિર્બળ બની જાય એમાં નવાઇ નથી.

૫. ચ્હાથી ઉંઘ જતી રહેછે, અને તેથી ચ્હાના અટલ વ્યસનીઓને, અને ખાસ કરીને જો તેઓને રાત્રે પણ ચ્હા પીવાની ટેવ હોયતો તેમને, "ઇન્સોમ્નીયા" અથવા રાત્રે ઉંઘ નહિ આવવાનો બહુજ દુઃખદ ભયંકર રોગ લાગુ પડવાનો સંભવ રહે છે. ચ્હાના જબરા વ્યસન વાળા લોકો કેટલીક વાર ગાડા પણ થઈ જાય છે જે લોકોને આવા દરદો ખાસ થતા નથી તેવા વ્યસનીઓને પણ શરીરની સામાન્ય કમ તાકાત, અને જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઇતો, જણાયા વગર રહેતીજ નથી.

૬ ચાહામાં " થીન" Theine અને "ટેનીન " Tannin નામનાં બે ઝેરી તત્વો છે. " થીન " નામનું ઝેરી તત્વ ખોરાક પચાવનાર જઠર રસમાંથી " પેપસીન " નામના ઉપયોગી પદાર્થને જુદો પાડી, તેનો નાશ કરી નાખે છે. તેથી પાચન ક્રિયા બગડે છે, અને ભુખ મરી જાય છે. ગમે તેવી ભુખ લાગી હોય પણ ચ્હાનાં એક બે સ્ટ્રૉંગ કપ પીવાથી ભુખ તદ્દન મરી જાય છે, એવો અનુભવ દરેક ચ્હા પીનારને થયેલો હોય છે. વળી ઉપવાસના દિવસે ભુખ્યા રહેવા માટે ઘણા લોકો ચ્હા ખૂબ પીએ છે. આવી રીતે ઝેરી તત્વોની મદદથી ભુખ મારી નાખવી એના જેવું મુર્ખાઇ ભરેલુ બીજું કાંઇ નથી. કદાચ આવા લોકો પોતાના પેટ ઠીકરાં માટીથી ભરીદે તોપણ તેમને ચ્હાકરતા બહુ વધારે નુકશાન થવાનો સંભવ નથી. બીજું ઝેરી તત્વ જે " ટેનીન " તેનું પ્રમાણ ચ્હામાં ૧૦

મૂર્ખાઇ ભરેલું છે ?!! અમારૂં તો એવું સ્પષ્ટ માનવું અને એવો જાતિ અનુભવ છે કે, દવાઓ લોકોને કુદરતના કાયદાનો ભંગ કરવા, અને અનીતિને માર્ગે ચાલવા લલચાવે છે. દાખલા તરીકે, જો મનુષ્યોને સ્પષ્ટ રીતે સમજાવવામાં આવે કે વ્યભિચાર અથવા જાર-કર્મ કરવાથી થતા પ્રમેહ–ચાંદી વગેરે દુઃખદ રોગોમાંથી બચવાનો માત્ર એકજ ઉપાય એ છે કે, તેવા કર્મથી હમેશ દૂર રહેવું, અને તે શિવાય બીજો કોઇ ઇલાજજ નથી, અને જો તેવું કર્મ કર્યું તો તેનાં બેહદ કડવાં ફળ આખા જન્મભર પોતાને અને બે ત્રણ પેઢીઓ સુધી પોતાની સંતતીને ભોગવ્યા વગર છુટકોજ નથી તો નક્કીજ માનજો કે તેવાં નિંદ્ય કર્મ કરવાની હિંમત કોઇ ક્વચિતજ કરી શકશે. પરંતુ પરમીયા, ચાદી વિગેરેની સેંકડો જાતની હજારો જાહેર ખબરોનો ભાવાર્થ શું હોય છે? આવી દવાઓવાળા તો એમજ કહેતા જણાય છે કે, "ઓ ઇશ્કબાજી અને બદફેલીમાં મશગુલ બનેલા વિષયાંધ લોકો! તમે તમારા નીચ કર્મમાં નિર્ભય અને નિઃશંક રીતે મંડયા રહો. તમો જરાપણ ડરશો નહિ. તમે નીતિશાસ્ત્ર, શારીરશાસ્ત્ર, ધર્મશાસ્ત્ર, અને સર્વ ઇશ્વરી પવિત્ર નિયમોપર પાણી ફેરવો છો, તોપણ કાંઇ ફિકર નહિ. પરમેશ્વરનો કે કુદરતના કે બીજા કોઇના શા ભાર છે કે તમને પરમીયા જેવા દરદ રૂપી શિક્ષાથી હેરાન કરી શકે? જ્યારે ગુન્હામાં તમે સપડાઇને રોગી બનો ત્યારે માત્ર બે ચાર રૂપૈયા અમારા તરફ સલામી તરીકે મોકલી, અમારી દવાનો માત્ર બે ચાર દિવસ ઉપયોગ કરજો, એટલે તમે અગાઉ હતા તેટલાજ નિરોગ, અને સુખી, અગર તેના કરતાં વધારે ખુબસુરત અને ફરી જવાન બની જશો!!!" વિગેરે.

આના ઇશ્વિરને પણ હંફાવે, અને તેની નિઃશંક અને અકસીર રીતે અવજ્ઞા કરી શકે તેવા બહાદુર "ગોળી"બાજ ડૉકટરો અને વૈદો હજારોની સંખ્યામાં દુનિયાંપર અને આપણા દેશમા હાજર છતાં, કોણ એવો નાસ્તિક કહી શકશે કે, પરમેશ્વરના પણ દાદા દુનિયાંપર વસતા નથી ! ! ! !



ચ્હા.

ચ્હાનુ વ્યસન નિરૂપયોગી અને નુકશાનકારક છે તેના કેટલાક મુખ્ય કારણો નીચે પ્રમાણે છે —

૧ ચ્હામા પોષણના તત્વો બિલકુલ નથી, અને માત્ર ખોરાકની વસ્તુઓજ શરીરના બળમા ખરા ઉમેરો કે વધારો કરી શકે છે, પરતુ ચ્હામા ખોરાકનુ તત્વ મુદ્દલ નહિ હોવાથી તે શરીરનું બળ ખરી રીતે જરાપણ વધારી શકતો નથી

૨ ચ્હા માત્ર ક્ષોભક, ઊત્તેજક અને માદક ગુણવાળો હોવાથી તે થાકેલા શરીર પાસે ઊલટુ વધારે કામ કરાવે છે અને તેથી થાકી ગએલા બળદને ચાબકા મારી તથા પરોણા ઘોચી ખુબ દોડાવ દોડાવ કરવાથી તેની જેવી વલે થાય, તેવી ચ્હાના વ્યસનીના શરીરની થાય છે અર્થાત ધીરે ધીરે પણ ચોક્કસરીતે તે નિર્બળ બનતુ જાય છે

૩ ઘણા શારીર વિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓનો મત છે કે, શરીરયત્રના દરરોજના ધમાલથી ઉત્પન્ન થતી રાખ અથવા કચરો બહાર નીકળી જતો ચ્હાના વ્યસનથી અટકે છે, અને જ્યા ત્યા કચરો બનયેલા યત્રની જેવી હાલત થાય, તેવીજ કેટલેક અશે ચ્હાના વ્યસનીની મોડી વહેલી થાય છે

૪ ચ્હા પીધા પછી હૃદય ઉશ્કેરાયનુ માલુમ પડે છે તથા ચ્હાની સાથે દાખલ થતા ઝેરી તત્વોને શરીરમાથી કાઢી નાખવાની નકામી વઠ મુત્ર પિડને ઊઠાવવી પડે છે અને તેથી ચ્હા પીધા પછી ઘણુ કરી અડધા કલાકે પેસાબ કરવાની હાજત થાય છે આ ઊપરથી સ્પષ્ટ થાય છે કે, લાબા વખતે ચ્હાના વ્યસનથી હૃદય અને મુત્રપિડ નિર્બળ બની જાય એમા નવાઇ નથી

૫ ચ્હાથી ઉઘ જતી રહેછે, અને તેથી ચ્હાના અટલ વ્યસનીઓને, અને ખાસ કરીને જો તેઓને, રાત્રે પણ ચ્હા પીવાની ટેવ હોયતો તેમને, "ઇન્સોમ્નીયા' અથવા રાત્રે ઉઘ નહિ આવવોતો બહુજ દુખદ ભયકર રોગ લાગુ પડવાનો સભવ રહે છે ચ્હાના જબરા વ્યસન વાળા લોકો કેટલીક વાર ગાડા પણ થઈ જાય છે જે લોકોને આવા દરદો ખાસ થતા નથી તેવા વ્યસનીઓને પણ શરીરની સામાન્ય કમ તાકાત, અને જ્ઞાનતતુઓની નબળાઇતો, જણાયા વગર રહેતીજ નથી

૬ ચાહામા " થીન" Theine અને 'ટેનીન ' Tannin નામના બે ઝેરી તત્વો છે ' થીન ' નામનુ ઝેરી તત્વ ખોરાક પચાવનાર જઠર રસમાથી " પેપસીન " નામના ઉપયોગી પદાર્થને જુદો પાડી, તેનો નાશ કરી નાખે છે તેથી પાચન ક્રિયા બગડે છે, અને ભુખ મરી જાય છે ગમે તેવી ભુખ લાગી હોય પણ ચ્હાના એક બે સ્ટ્રૉંગ કપ પીવાથી ભુખ તદ્દન મરી જાય છે, એવો અનુભવ દરેક ચ્હા પીનારને થયેલો હોય છે વળી ઉપવાસના દિવસે ભુખ્યા રહેવા માટે ઘણા લોકો ચ્હા ખુબ પીએ છે આવી રીતે ઝેરી તત્વોની મદદથી ભુખ મારી નાખવી એના જેવું મુર્ખાઈ ભરેલુ બીજુ કાઇ નથી કદાચ આવા લોકો પોતાના પેટ ઠીકરા આગીથી ભરેતે તોપણ તેમને ચ્હાકરતા બહુ વધારે નુકશાન થવાનો સભવ નથી બીજુ ઝેરી તત્વ જે " ટેનીન ' તેનુ પ્રમાણ ચ્હામા ૧૮

ઝેરી માદક પદાર્થ હોય છે. હવે ડૉ. આર. ડબ્લ્યુ. રીચર્ડસન અને બીજા વિદ્વાનો એ પ્રયોગવડે સાબીત કર્યું છે કે, એક ઔંસ એલ્કોહોલ શરીરમાં જવાથી હૃદયના અમુક વખતમાં થવા જોઇએ તેટલા ધબકારા કરતાં ૩૦૦૦ (ત્રણહજાર) ધબકારા વધારે થાય છે. હવે આટલા વધારે ધબકારા કરવામાં હૃદયને ઘણુંજ બળ પડે છે. એટલે કે, માત્ર બે ગ્લાસ દારૂ અથવા એકજ ઔંસ એલ્કોહોલ પીવાથી હૃદયને એકસોને અડસઠ મણ ભાર એક ફુટ ઊચકવા જેટલું બળ નકામું ખર્ચી નાંખવું પડે છે. દારૂના વ્યસનીઓ પોતાનું જીવન બળ આ હીસાબે હમેશાં ફોગટ ખરચી નાંખતા હોવાથી, તેજ પ્રમાણમાં પોતાની જીંદગી ટુંકી કરતા જાય છે.

૨. એલ્કોહોલ અથવા દારૂના ઝેરી તત્વને લીધે 'એલ્બ્યુમીન' અથવા માંસ ચેતન રહીત અને કઠણ થઇ જાય છે. આ વાતની ખાત્રી કરવી હોયતો, એક ઇંડાને દારૂમાં નાંખી જુઓ તો તે ઇંડાની સફેદીમાં ઉપર કહ્યો તેવો ફેરફાર થયેલો તમે જોશો. દારૂમાં નાંખેલું ઇંડું પછી સેવાઇને તેમાંથી કદી બચ્ચું નીકળી શકતું નથી. કારણ દારૂથી જીવન નાશ પામે છે. શરીરપર દારૂ ચોળવાથી પણ ચામડીનું "એલ્બ્યુમીન" નાશ પામવાથી તે અસ્વાભાવિક રીતે બહુ સફેદ દેખાય છે. બહારની ચાંમડી ઉપર જ્યારે આવી ખરાબ અસર થાય છે, ત્યારે શરીરની અંદરના નાજુક શ્લેષ્મ—પડ ઉપરતો અત્યંત વધારે ખરાબ અસર થાય એ સ્પષ્ટજ છે. દારૂથી ગળામાં સોજો આવે છે, અને તે સોજો કાન તરફ લંબાવાથી બહેરાપણું આવે છે. હોજરીની અંદરની બાજુ જાડીને ચેતનવિનાથી થવાથી અપચો અને હોજરીનું ક્ષત વીગેરે દુ:ખદ દરદો થાય છે. લીવર અથવા યકૃત દારૂના વ્યસનથી બગડવાથી કમળો અને પિતાશયની પથરીના રોગો થાય છે. મુત્રપિંડમાં સોજો આવવાથી "બ્રાઇટ્સ ડીઝીઝ" નામનો ઘણોજ પિડાકર વ્યાધિ થઇ ઘણાનાં મોત નીપજે છે. પિત્તાશય બગડવાથી મસાનું દરદ અને ભગંદર ઘણાને થાય છે. રકતાશયમાં ચરખી જામવાથી (Fatty degeneration of the Heart) અને રક્ત વાહીની ઓ ઢીલી અને બરડ થઇ જવાથી "એન્યુરીઝમ" અને "એથેરોમા" નામના ભયંકર રોગો થાય છે. દારૂના વ્યસનથી ઘણા લોકોને અપસ્માર, વાઇ, અને ફેફર થાય છે. દારૂના સખત અને લાંબા વ્યસનથી કેટલીકવાર મગજ પ્રથમ કઠણ બની પછી બહુજ પોચું પડી જઇ ગાંડપણ અથવા ઉન્માદનો રોગ થાય છે. દારૂના વ્યસનીઓના શરીરમાં કચરો બહુ ભરાઇ રહેવાથી કેટલાક દારૂના વ્યસનીઓ જાડા થતા જાય છે. પરંતુ ને એક રોગ છે, અને થોડા વખત પછી આવા દરદીઓને જલોદર અથવા લકવો અને પક્ષઘાત થયા વગર રહેતો નથી. બીજા કેટલાક દારૂડીયાઓ "હાર્ટ ડીઝીઝ" અથવા હૃદય રોગ "ફાઇબ્રોઇડ થાઇસીસ" નામનો એક જાતનો ભયંકર ક્ષય રોગ થાય છે. દારૂના વ્યસનીઓને વાગેલા-ઘા ભાગ્યેજ, અથવા મહામહેનતે, અને બહુજ મોડા રૂઝે છે, એમ સર્વ લશ્કરી અમલદારનો અનુભવ હોય છે.

ઉપર પ્રમાણે દારૂના દુષ્ટ વ્યસનનાં માત્ર થોડાંકજ શારીરિક નુકશાનો વૈદકનીજ દૃષ્ટિથી વર્ણવામાં આવ્યાં છે. તે ઉપરથી સમજુ લોકો તેથી બચશે એવી આશા છે.

+++ +++ +++ +++

ઉપર પ્રમાણે દવાઓ, ચ્હા, અફીણ, અને મદિરાના ઉપયોગ અગર વ્યસનથી થતાં અનેક નુકશાનોમાંથી માત્ર શારીરિક નુકશાનો જેમ બને તેમ ટુંકમાજ વર્ણવવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. ઉપર લખેલા એકે એક શબ્દના ટેકામાં અનેક વિદ્વાન ડૉક્ટરોના અભિપ્રાય આપવા અમે તૈયાર છીયે. પણ માત્ર લબાણ થતું અટકાવવાના હેતુથીજ તેમ કર્યું નથી. તેમજ શારીરિક દૃષ્ટિ બિંદુ સિવાય બીજા સામાજીક, આર્થિક, નૈતિક, ધાર્મિક વિગેરેની દૃષ્ટિએ ઉપરના વિષયોનો વિચાર કરતા ઘણુંજ વધારે લખી શકાય પણ તેમ કરવા હાલ અવકાશ તેમજ સ્થળ નહિ હોવાથી તે કામ ભવિષ્ય પર મુલતવી રાખું છું.

હવે ઉપર લખેલાં સર્વ અને તેમાંનું દરેક વ્યસન શી રીતે છોડી શકાય, એ સહજ ઉઠતા પ્રશ્નના જવાબમાં કહેવાનું કે:—

કોઇપણ તરેહના વ્યસન માટે ઇચ્છા થવી, તેજ શરીરની અને મનની અસ્વાભાવિક તથા રોગી અવસ્થાનું સ્પષ્ટ લક્ષણ અથવા ચિન્હ છે. માટે આવી અસ્વાભાવિક શારીરિક તથા માનસિક સ્થિતિ, અને તજ્જન્ય અસ્વાભાવિક વ્યસનોમા પડવાની ઇચ્છાથી ખરેખર અને હમેશને માટે બચવાના ખરા ઉપાય "દૃઢ નિશ્ચય" અને "કુદરતી ખોરાક"જ છે. કુદરતી ખોરાક શાને કહેવો, અને તે થોડા ખર્ચે કેવી રીતે મેળવીને ખાવો વિગેરે બાબતો અત્ર વર્ણવી શકાય તેમ નથી. તે જાણવા માટે શ્રી "ધન્વંતરી" માસિકના પહેલા તથા બીજા વર્ષનાં પુસ્તકોમાં "ફળાહાર" એ વિષયપર કેટલાક લેખ પ્રસિદ્ધ થયેલા છે, જે ઘણાજ અમુલ્ય છે અને જાતિ અનુભવને આધારે લખાયલા છે, તે વાંચી જોવાની વિનતી છે. કસરત, યોગ્ય આહાર, શુદ્ધ હવામા રહેવુ, તથા હમેશા કામમાં ગુંથાયલા રહી, વ્યસનીઓની સોબતથી દૂર રહેવું એજ વ્યસનને છોડવાની સર્વોત્તમ "દવા" છે. બીજી કોઇ દવાની મદદથી વ્યસન છોડવાનો પ્રયત્ન કરવા જતા હમેશા દરેકે દરેક દાખલામાં "બકરી કાઢતાં ઉંટ પેસે"જ છે, એમ અમારી સંપૂર્ણ ખાત્રી છે ઉપર લખ્યું તેમ કુદરતી નિયમ પાળવા માંડી, દારૂ, અફીણ કે બીજું કોઇ પણ વ્યસન છોડી દીધાથી શરીરને બીલકૂલ નુકશાન થતું નથી એવો અમારો પોતાનો તેમજ સેકડો પ્રસિદ્ધ વિદ્વાન ડૉક્ટરોનો મત અને અનુભવ છે. વ્યસન મૂકી દીધાથી શીરૂઆતમા કેટલાક દિવસ બેચેની તો અવસ્ય જણાશેજ, પરતુ તેનો હિંમત અને દૃઢ નિશ્ચયથી સહન કર્યા વગર છુટકોજ નથી. આવી બેચેની જણાય ત્યારે તરત ગામ બહારની ચોખ્ખી હવામાં ફરવા ચાલ્યા જવું અથવા તો કોઇ ગમ્મત પડે તેવા વાંચનમાં કે કામમાં ગુથાવું જેથી તે ભુલી જવાશે. વળી બેચેની સહન કરવામાં થતું દુઃખ તો તે વ્યસન છુટી ગયા પછીથી મળતા અસંત ગુણ વધારે સુખની સરખામણીમાં કંઇજ હિસાબમાં નથી. માટે "હિમતે મરદા, તો મદદે ખોદા." અંતમાં એક કવિના શબ્દોમાં કેટલોક ફેરફાર કરીને લખવાનું કે:—

"સદ્‌ગુણનો પંથતો છે શૂરાનો,
નહિ કાયરનું કામ જોને."

મજ વનસ્પતિ નેનો આહાર કરનાર થવા જતાં મનુષ્યો, ઉપર લખેલા ચાર વર્ગમાંથી પોતાને કયા વર્ગ માં દાખલ કરવા ઇચ્છા રાખતા જણાય છે, તે કહેવાની જરૂર નથી.

(૪) જીવતી સ્ત્રીઓને રાંધીને ખાઇ જનાર રાક્ષસો.

"બળવાન નિર્બળનો ભક્ષ કરે" એ કાંઇ કુદરતી નિયમ નથી, પણ જંગલી પણા અને નીચતાની નિશાની છે. હજુ જે મનુષ્યો પોતાના ચઢીયાતા બુદ્ધિબળ અને શરીરબળનો ઉપયોગ જેટલા પ્રમાણમાં નિર્દોષ નિર્બળ પ્રાણીઓના જીવલેવામાં અને તેમનાં મુડદાંઓથી પોતનું પાપી પેટ ભરવામાં કરે છે. તેટલા પ્રમાણમાં તેઓ ગાય, ઘોડા, ઘેટાં, બકરાં અને પોપટો કરતાં પણ વધારે નીચ અને વધારે જંગલી છે, એ વાત પોતાનાજ વર્તનથી સાબીત કરી બતાવે છે. "બળવાન નિર્બળનો ભક્ષ કરે," એ નિયમ જો સત્ય હોય તો તો પછી મનુષ્યો, સ્ત્રીઓ અને બાળકોને પણ મારીને ખાઈ જનાર રાક્ષસો અને અઘોરીએ કેવળ ધર્માત્મા ગણાવા જોઇયે. છતાં તેઓ તેવા કેમ ગણાતા નથી, તેનો જવાબ આ વાનું કામ માંસાહારના હિમાયતીઓને સોંપી, હાલ તો એટલુંજ જણાવવાનું કે, મનુષ્ય મારી ખાઈ જનારા લોકો (Cannibals) હજુ દુનિયાંપર મળી આવે છે. દાખલ તરીકે, ચાલુ વર્ષના ફેબ્રુઆરી માસમાં ન્યુ હેબ્રીડીસમાં આવેલા એમ્બ્રીમ નામના બેટનો એક રાજા મરી ગયો, ત્યારે ત્યાંના જંગલી લોકોએ તેની સર્વ બાયડીઓને પકડી, કાપી, રાંધીને સ્વાદ સાથે આરોગી ગયા. આ કેવી મિજબાની ! ? !

(૫) વિલાયતમાં પાસ થનાર પહેલી તબીબબાનુ.

ઇગ્લંડની 'રોયલ કૉલેજ ઑફ ફીઝીશીયન્સ" ની વૈદકિય પરીક્ષા પાસ કરી "લાઇસેન્શીયેટ" ની પદવી પ્રાપ્ત કરનાર પહેલીજ સ્ત્રી એક પારસી બાનુ છે, તે ઘણું અગત્ય થવા જેવું છે. આ વિદ્વાન ડૉક્ટર બનનાર બાળાનું નામ મીસ ડૅસીનબાઈ રુસ્તમજી કાવસજી પટેલ છે. થોડા દિવસમાં આ બાઇને "કૉલેજ ઑફ સરજન્સ" તરફથી એક સનંદ મળનાર છે.

(૬) સિંહના પાંજરામાં થયેલાં લગ્ન.

ગ્લાસગો ખાતે તા. ૧૫ મી મે સન ૧૯૧૦ ના દિવસે અદ્ભુત સંજોગો વચ્ચે એક લગ્નક્રિયા થઇ હતી. પરણનાર કન્યા અને વરરાજા લગ્ન કરાવનાર એક ધર્મગુરૂ સહિત ચાર સિંહોવાળા એક પીંજરામાં દાખલ થયાં હતાં, અને ત્યાં લગ્નની ગાંઠથી જોડાયાં હતાં. આ બનાવ જોવાને છહજાર માણસો એકઠાં થયાં હતાં.

(૭) ટપાલી તરીકે સંદેશા લેઇ જનાર કબુતરો.

યુદ્ધ પ્રસંગે સંદેશો ઘણીજ ઝડપથી લેઇ જવા માટે કબુતરો અસલના વખતથી વપરાતાં હતાં. ગરમ અનુકૂલ દિવસે દર મીનીટે ૧૩૨૦ યાર્ડ અથવા વારની ઝડપે તેઓ ઉડીશકે છે. તે સાથે જો વળી પવન અનુકૂલ હોયતો, તેઓ ૫૦ થી ૧૫૦) દોઢસો માઇલ સુધી સહેલાઇથી મુસાફરી કરી થોડા વખતમાંજ પાછાં આવી શકે છે. કબુતરોનો આવો ઉપયોગ ઇ. સ. પૂર્વે ૧૩૫૦ માં થયેલો પણ જુના લેખોપરથી જણાય છે. એનીક્રીઓન, સોક્રેટીસ, અને ઍરીસ્ટોટલના લેખોમાં પણ આવોજ ઉલ્લેખ જોવામાં આવે છે. વળી ઇ. સ. ૧૮૭૦માં જર્મનોએ પૅરીસ શહેરને ઘેરો ઘાલ્યો ત્યારે, શહેરની અંદર પુરાયલા લોકો બહારના પોતાના સાથીઓ સાથે કબુતરોની મદદથીજ છુપી મસલત ચલા-

વતા હતા. સંદેશામાં એકી વખતે વીસ કરતાં વધારે અક્ષરો ઘણું કરી લેવામાં આવતા નહિ. તે અક્ષરો કોલોડીયન નામના પદાર્થના બનાવેલા ઘણાજ બારીક અને હલકા પડ ઉપર લખવામા આવતા હતા. પછી તેને એક પીંછાની ભુંગળીના નાના કકડામાં મૂકી તે કકડો કબુતરના પાછલા ભાગના પીંછા સાથે બાધી દેવામા આવતો.

(૮) બ્હીકણોને મરદ બનાવવાનો ઉપાય.

પૅરીસ શહેરના એક ડૉકટરે એવી શોધ કરી કહેવાય છે કે, બ્હીક અને દીલગીરીની લાગણીઓ મગજ આગળ આવેલી એક નસને લીધેજ થાય છે બાયલા અને ભડકણ માણસોમાં તે નસ ઘણી મોટી હોય છે, અને હિંમતવાન પ્રાણીઓમા અને માણસોમાં બહુ નાની હોય છે. આ શોધ કરનાર ડૉકટરનો એવો મત છે કે, જો આ નસ કાપી નાંખવામાં આવે તો તેવા માણસો બ્હીક શું છે, તે જાણેજ નહિ. તે ડૉકટરે આ સંબંધિ ઘણાંક પ્રાણીઓ અને મનુષ્યો ઉપર અખતરા કર્યા છે, અને તેમા તેમને ફતેહ મળી છે, એમ કહેવાય છે.

(૯) હિંદુસ્તાનમા દર વર્ષે દારૂનું વ્યસન વધતુંજ જાય છે.

હીંદી સરકારને મધ અથવા દારૂ પરની મળતી જકાતનું ઉત્પન્ન બહુ મોટું છે, અને દર વર્ષે તે વધતુંજ જાય છે. તે નીચેના વર્ષવાર આંકડા પરથી જોઇ શકાશેઃ—

વર્ષ.	રૂપૈયા.
૧૮૭૪–૭૫	..૨૩૪૧૫૦૦૦
૧૮૮૩–૮૪	...૩૮૦૭૦૦૦૦
૧૮૯૪–૯૫	...૫૪૪૩૫૦૦૦
૧૯૦૪–૦૫	...૭૯૪૨૫૦૦૦
૧૯૦૫–૦૬	..૮૪૩૧૫૦૦૦
૧૯૦૬–૦૭	૮૭૧૭૫૦૦૦
૧૯૦૭–૦૮	.. ૯૨૪૪૫૦૦૦
૧૯૦૮–૦૯	...૯૫૧૩૦૦૦૦
૧૯૦૯-૧૦	૧૦૦૭૫૫૦૦૦

છેવટના બે આંકડા અજમાયશી છે. છતાં એ ઉપર લખેલી જકાતની વધતી જતી રકમો સ્પષ્ટ રીતે બતાવી આપે છે કે આપણો દેશ દર વર્ષે દારૂના નિંદ્ય અને ભયકર વ્યસનમાં વધારે ને વધારે ડુબતો જાય છે. માત્ર એક વરસ જેટલી મુદતમાં જ્યારે હિંદુસ્તાન દારૂ માટે દસ કરોડ રૂપૈયા જેટલી તો જકાતજ આપે છે, ત્યારે તે કેટલા બધા કરોડ રૂપીઆની કીમતનો દારૂ પીતું હશે, તેનો ખ્યાલ વાચકોજ કરી લેશે. આપણાં આર્યશાસ્ત્રો તો કહે છે કે, દારૂનું એક ટીપુ જો ચામડાના જોડા ઉપર પડે તો તે જોડો જે ઢોરના ચામડાનો બનેલો હોય તે ઢોર પણ નર્કમા જાય છે. તો પછી કરોડો અને અબજો રૂપૈયાની કિંમત જેટલો દારૂ દર વર્ષે પી જનાર હિન્દુસ્તાન પોતાને ધર્મીષ્ટ અને સાત્વિક શી રીતે ગણાવવા માગે છે? બીજા દેશના લોકોને તે મિથ્યાભિમાનથી "મ્લેચ્છ" આદિ ઉપનામ આપે છે. પરંતુ તેને ભાન નથી કે દારૂ પીવો એ મ્લેચ્છો

પણ ન કરે એવું નિંદ્ય કર્મ છે. પોતાનું ઘર સંભાળવા અને સુધારવાને બદલે, બ
એોની નિંધા કરવા મંડી પડનારાઓને આપણા લોકપ્રિય પ્રખ્યાત ગુજર્ર કવિ શ્રી દલ
રામની નીચે લખેલી કવીતા બહુજ લાગુ પડે છેઃ—

"ઉટ કહે આ સમામાં વાંકાં અંગવાળાં ભુંડાં,
ભૂતળમાં પક્ષિઓને પશુઓ અપાર છે;
બગલાની ડોક વાંકી, પોપટની ચાંચ વાકી,
કુતરાની પુછડીનો વાંકો વિસ્તાર છે;
*વારણની સુંઢ વાંકી, વાઘના છે નખ વાંકા,
ભેંશને તો શિર વાંકાં શીંગડાંનો ભાર છે;
સાંભળી શિયાળ બોલ્યા, દાખે દલપતરામ,
અન્યનું તો એક વાંકું, આપનાં અઢાર છે!!

वननी आषधी.

(લેખકઃ—રા. રા. જયકૃષ્ણભાઇ ઇંદ્રજી; માજી ક્યુરેટર ઓફ ફૉરેસ્ટ, પોરબંદર.)

રા. રા. મે. "ધન્વંતરી"ના તંત્રી સાહેબ વિનતી કેઃ—ચાલુ માસ અગસ્ટ (૧૯૧૦) ના આપના પસિદ્ધ પત્રમાં **સલેખમ** અથવા **જુકામ**નો ૭મો ઉપાય "નાકછીંકણી." લખી છે—એ નાકછીંકણી બજારમાં મળે છે તે શિવાય બીજી કેટલીક વનસ્પતિને પણ સ્થલ અને ગુણ વિશેષે **નાકછીંકણી** કહે છે. તે વિષે ઘણાઓને હજુ કેટલોક સંદેહ છે.

નાકછીંકણી કઇ વનસ્પતિ છે—તે વિષે "વૈદ્યકલ્પતરૂ" (૧૯૦૮ ફેબ્રુઆરી) માં પ્રથમ ચર્ચા આવેલી હતી. તે વિષે એજ પત્ર (૧૯૦૮ માર્ચ)માં મુંબઇની બજારમાં વિશેષ કરી **નાકછીંકણી**ને નામે ગાંધીઓની દુકાનેથી જે વનસ્પતિ મળે છે તે વિષે ટુંક હકીકત લખી મોકલતાં છપાઇ હતી. એ વનસ્પતિ વનસ્પતિશાસ્ત્ર પ્રમાણે સહદેવી અને દવણા આદિના વર્ગ (Compositae ની છે. અને તેનું શાસ્ત્રીય નામ—Centipeda orbicularis) છે.—

ઉપરનું લખાણ છપાયા પછી તે પત્રના તંત્રી સાહેબ રા. રા. વૈદ્યરાજ જટાશંકર ભાઇ ધરમપુર તરફ કોઇ દરદીની દવા કરવા માટે પધારેલા ત્યાંથી એક વનસ્પતિનાં પાન લઇ આવેલા, જે અરીઠીનાં પાન જેવાં હતાં તે સેવક તરફ **નાકછીંકણી**ને નામે મોકલાવી તેઓ સાહેબ લખે છે કેઃ—

આ વનસ્પતિનાં સાધારણ કદનાં ઉંચાં ઝાડ ધરમપુર તરફ થાયઃછે. અને તેને ત્યાંનાં લોકો **નાકછીંકણી** કહે છે. એનાં પાન સુકાવી ચોળી સુંઘવાથી ઘણી છીંકો આવે છે અને અને ત્યાંનાં લોકો એનાં પાનનો એવી રીતે ઉપયોગ પણ કરે છે—તો એ વનસ્પતિ કઇ

* વારણ એટલે હાથી.

છે તે બરડા ડુંગરમાં થાય છે કે કેમ? જો થતી હોય તો ત્યાં એને શુ કહે છે અને શા ઉપયોગમાં લે છે?

વળી ધરમપુરથી એક ગૃહસ્થે લખી મોકલ્યુ કે તે વનસ્પતિને ત્યા ભુતિ અથવા ભુતકેશી પણ કહે છે.

ઉપરની હકીકત અને ધરમપુરથી આવેલ તે વનસ્પતિના નમુના ઉપરથી તપાસ કરતા તેનું મરાઠી નામ ભુતપાલ માલમ પડ્યુ છે—અને તે વનસ્પતિનું શાસ્ત્રીય નામ ‡Eleodendron glaucum મી. આર, કે. ભીડે (પુના કોલેજ ઑફ સાયન્સના આસીસ્ટન્ટ ઇકૉનોમિક બોટેનિસ્ટ) જણાવે છે. એ વનસ્પતિ પોરબંદર સંસ્થાનના બરડા ડુંગરમા હજુ સુધી જોવામા આવેલી નથી. પણ મુંબઇ તરફ નકછીંકણીના ઉપયોગ તરીકે એના પાન પણ વપરાતા જણાય છે–કેમકે લખનારના મુરબ્બી સ્વર્ગવાસી ડૉ. સખારામ અર્જુન પોતાના "બોમ્બે ડ્રગ્સ" પાન ૩૦ મે લખે છે કે —

"The powdered leaves have a powerful sternutatory action, and are used as a fumigatory to rouse women from hysterical syncope, and as a snuff to relieve ordinary headache."

વળી ડૉ જ્યોર્જ વૉટ સાહેબ લખે છે કે —

"The root is a specific against snakebite, and Sir Walter Elliot speaks highly of this property. The Bark is used in native medicine and is said to be a virulent poison. A decoction or cold infusion of the fresh bark of the root is applied to swellings.

Roxburgh states that the fresh bark of the root, rubbed with water is by natives applied externally to remove swellings"



સટીક કેશવકલ્યાણ.

(અનુસંધાન અંક આઠમાના પૃષ્ઠ ૩૦૦ થી.)

અનુવાદક પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.

(ઋતુ રીતે સબંધી વિશેષ ખુલાસા માટે ચોપાઇ)

ગહરી ઘટા આવલ ઘન ગરજહી, મંદ પવન શૈલત જલ ધરહી;
હરિતાઇ ગિરિધરની છૈયા, હંસ હંસિંની કેલિ કરૈયા. ૬૮
પવન પીડ ઇન રીતુમેં હોઇ. મધુ પીપલ ખાના યે દોઇ;
સરિતા સરકો નીર ન ચાહી, જો પીજૈ તો દર્દ જમાહી. ૬૯

‡ "Flowering Plants of Western India", by Rev. A. K. Nairne–1894–page 58

એ રીતુમાં ઘેરી મેઘ ઘટાનાં વાદળાંને જમાવ થઈ ગર્જના વૃષ્ટિ આદિ થાય છે, ધીરા ધીરા પવન ફેલાયેા રહે છે, પૃથિવી પાણીના વહન સંચયથી રળિયામણી બને છે, હરીઆળી વડે પર્વત અને જમીન છવાઈ જાય છે, હંસ ને હંસની (માદા) પરસ્પર રમ્મત ગમ્મત કરતાં જણાય છે, અને વાયુને વધારેા થાય છે જેથી વાયુપીડા વધી પડે છે એના લીધે મધની સાથે પીપરનું (લીંડી પીપરનું) ચૂર્ણ ચાટવું હિતકર છે. તેમજ નદીનું કે તળાવનું પાણી પીવાની ચાહના છેાડી દેવી, નહીં તેા દર્દની જમાવટ થાય છે. ૬૮–૬૯

(એ રતુમાં શું શું કરવું યેાગ્ય છે ?)

મર્દન તેલ પવન બંધસેાના, ધૈતવસન રસાચન દેાંના ;
પેાન ઝપેટ શરદી ન સહિયેં, કીમ કુચસેં ન્યારે રહીયે. ૭૦
ઝરના કુપ અધ્ધર જલ પીજેં, પય ઘૃત ખાય લુખા તજિ દિજેં ;
સાલ પટ્ટ પર અંદર સેાના, બરષા રીતુમેં ઇતના હેાના. ૭૧

એ સમયમાં શરીરે સરસીયા કે તલીના તેલનેા માલેસ કર્યા કરવેા. પવનની વિશેષ ઝપટ ન લાગે તેવી જગેાએ સુવું, સફેદ કપડાં પહેરવાં, રસાયનરૂપ વસ્તુએ હમેશાં કરતાં બમણી ખાવી, શરદી ભરી પવન ઝપટ વર્ષા ઝપટથી દૂર રહેવું. કીચડ સંદાથી બચીને ચાલવું ઝરણાંનું કુવાનું કે અદ્ધરથી (સંભાળ સહિત) ઝીલી લીધેલું વરસાદનું પાણી પીવું, દૂધ ઘીનેા ઉપયેાગ કરવેા. લૂખા પદાર્થો કિંવા લૂખાસ પેદા કરે તેવા પદાર્થ ન ખાવા, સાલ પટુ ઓઢીને સુવું, અને બહાર ન સૂતાં બને ત્યાં લગી ઓરડા જેવા મકાનની અંદર સુવું, જેથી આરેાગ્યતા જળવાયછે. ૭૦–૭૧

(શરદરીતુ વર્ણન દેાહા.)

આશેા કાર્તિક ઉલયમેં, કન્યા તુલ હેાય સૂર;
સેા રીતુ શરદ સેા યામિની, સેાલ કલા શશિપૂર. ૭૨

જે વખતે આશેા તથા કાર્તિક મહીનેા હેાય અને સૂર્ય કન્યા તથા તુલ રાશિ ભેાગવતા હેાય તે વખતને શરદરીતુ કહે છે અને આશેા શુદ પૂનમની રાત્રિને શરાચંદ્ર. ચંદની કહે છે, કે જેમાં સેાળ કળા સહિત ચંદ્ર હેાય છે. ૭૨

(એ સંબંધી વિશેષ ખુલાસા માટે ચેાપાઇ.)

સેામ કળા અમૃત તબ ઝરહી, નિર્મલ જલ સબ મલ પર હરહી;
દિનકર કીને ધૂપ તબ હેાઇ, પિત્તરક્ત જ્વર પરકટ હેાઇ. ૭૩

એ રીતુમા ચંદ્રમાની સેાળે કળાઓમાંથી અમૃત શ્રવે છે, બધી મલીનતા દૂર થતાં નદી તળાવ વગેરેમાં પાણી નિર્મળ થાય છે, સૂર્યના કીરણેા કંઇક આકરા તાપની ઝંખવાળાં બને છે, અને એના લીધે પિત્ત તથા રૂધિર વિકારનાં દર્દો પ્રકટ થયાં કરે છે. ૭૩

(એ રીતુમાં શું શું કરવું ?)

છર્દિ જુલાબ લેાન કટુ ખાના, ક્ષુધા લગે બિનુ કબહુન ખાના;
શશિ છાયા સાકર જલ પીજે, દધિ ઘૃત ભાત મેાદક મન દીજે. ૭૪

કોમલ વસન ફુલેલ લગાઇ, હરડે ચૂરન પ્રતરીતુ ખાઇ;
પૂરવ દિશિકા પવન પસારા, જ્વર ખાંસી બુખામ દુ:ખ સારા. ૭૫

એ રીતુની અંદર ઉલટી જુલાબની દવાનો ઉપયોગ કરવો, આદુ સિંધાલુણ જેવા પદાર્થોનું સેવન કરવું, ખરી ભૂખ લાગે ત્યારેજ ખાવું, ચાંદનીમા ફરવું, સાકરનું પાણી પીવું. દહીં-ઘી-ભાત-લાડુ ઉપર રૂચિ રાખવી. સુંવાળાં વસ્ત્રો પહેરવા ઓઢવા. ફુલેલ લગાવવું, અને હરડેનું ચૂર્ણ ખાવું; કેમકે પૂર્વ દિશાનો પવન ફેલાય છે માટે તાવ ઉધરસ શળેખમ વગેરે ઘણાં દર્દો થવા સંભવ હોવાથી તેમ કરવાની જરૂર છે.

(હેમંત ઋતુ વર્ણન દોહરા.)

માગશિર પોષ દો માસમેં, વૃશ્ચિક ધન હોય ભાન;
હેમંત ઋતુ તબ હોત હે, તન શીતલતા આન. ૭૬

જે વખતે માગશર અને પોષ એ મહિના, અગર વૃશ્ચિક અને ધન રાશીના સૂર્ય હોય તેને હેમંત ઋતુ કહે છે. ૭૬

(એ સબંધી વિશેષ ખુલાસા માટે ચોપાઇ.)

ઉતરાયનકા મારૂત વાઇ, શીતલ હીમાલા ફૂલાઇ;
દીર્ધનિસીદિન લાગે છોટા, અલ્પ ધૂપ તન લાગે ખોટા. ૭૭
જઠરાગ્નિ તબ જોરા, કરહી, ભોર જમો ઠંડા પરહરહિ;
કફવાયુ જવર પૈદા જાનો, તબ તંબોલ ઉન રીતુમે ખાનો. ૭૮

ઉપર બતાવેલી ઋતુમાં ઉત્તર ભણીનો પવન ચાલે છે, જેથી હિમાલયના જેવી શીતળતા (ટાઢ) ફેલાય છે, રાત મોટી અને દિવસ નાનો થાય છે, તડકો થોડો લાગવા છતાં આકરો હોવાને લીધે વસમો લાગે છે, જઠરની અગ્નિનું જોર વિશેષ વધે છે, માટે વ્હેલા જમવું અને ટઢુ વાસી ખાવું નહીં; કેમકે તે ઋતુમાં કફ વાયુ જવર પૈદા થવાનો સંભવ છે, એ વાસ્તે તે વખત પાનબીડાં ખાવાં હિતકારી છે, ૭૭-૭૮

(એ રૂતુમાં શું શું કરવું જોઇયે ? તે વિષે ચોપાઇ)

ગોધુમ આપ વન્હી તન શેકે, મર્દન તેલ રસાયન નીકે ;
સંચલ અજવાયન ગર્મ જલ દેહી, કે મધુ પીપર હરડે લેહી. ૭૯

ઘઉં અંદના પદાર્થો ખાવા, દેવતા વડે શરીરને ગર્મ રાખવું (તાપવું.) તેલનું શરીરે મર્દન કરવું, રસાયન સંજ્ઞાવાળા (કાળાતલ ભીલામાં, આંમળાં, શતાવર ઇત્યાદિ રોગને નિર્મળ કરનાર અને જીવનને વધારનાર) પદાર્થોનું સેવન કરવું, તથા સંચળ અને અજમાનું ચૂર્ણ કોકરવરણા પાણી સાથે ફાકવું, અથવા મધ સાથે લીંડીપીપરનું ચૂર્ણ કિંવા હરડેની સાથે મધ પીપરનો લેહ (અવલેહ) સેવન કરવો જેથી તનદુરસ્તી જળવાય છે. ૭૯

(શિશિર ઋતુવર્ણન દોહા.)

માહ ફાલ્ગુન દો માસમેં, મકરકુંભ હોય સૂર;
સોહી શિશિર ઋતુ જાનિયે, ચલત હિમાલા પૂર. ૮૦

જે વખતે માહ અને ફાગણ મહીનો કે મકર અને કુંભ સંક્રાંતિ હોય તે વખતને શિશિર ઋતુ જાણવી; તે મોસમમાં હિમાલયની હવા પૂર જોશથી ચાલે છે. ૮૦

(એ ઋતુ સંબંધી વિશેષ ખુલાસા માટે ચોપાઇ.)

તૃણ અનાજ પત જાને જર્દી, શીત હવા મારૂત ગતિ શર્દી;
કફ વાયુ તબ કોપજુ કરહી, મર્દન તાપ સ્વેત પટ ધરહી. ૮૧

તૃણ, ઘાસ, અનાજ, પાંદડાં–પીળાશતા–પરિપકવતા ધારણ કરે છે, ઠંડી હવા ચાલવાથી પવનની ગતિ શર્દિકર્તા થાય છે, અને એથી કફ, વાયુ કોપ પામે છે; માટે તેલનું મર્દન કરવું, શ્વેત વસ્ત્રો પરિધાન કરવાં અને તાપનું સેવન કરવું. ૮૧

(એ રીતુમાં શું શું કરવું તે વિષે વિશેષ કથન.)

મોદક મધુ ધૃત દુગ્ધહિખાના, તરૂનિકેલી ગર્મજલ ન્હાના;
પટપર રૂઇજુ ધુપે દુસાલા, પ્રાત જમો નભ હોત ઉજાલા. ૮૨
લસનપાક મધુપીપર ખાના, ચીજ ખટાઇ નજીક ન જાના;
ષટ ઋતુકા યંતના કરે ભાઇ, તનમેં દર્દ નિકટ નહિ આઇ. ૮૩

તે સમયમાં પુષ્ટિકારક લાડુ, મધ, ઘી, દૂધ એઓનું જરૂર સેવન કરવું, સ્ત્રી સમાગમ નિયમ મુજબ રમ્મત ગમ્મત યુક્ત કરવો, ઉન્હા પાણીથી ન્હાવું, રૂપાળાં (રૂ ભરેલાં) કપડાં પહેરવાં ઓઢવાં, અથવા રૂવાડાંવાળાં વસ્ત્રો પહેરવાં, ધોએલા દુસાલા અગર સુંદર સુગંધીવંત ધુપવડે સુગંધિત કરેલા દુસાલા ઓઢવા, પ્રાતઃકાલ જમવું, એટલે કે આકાશમાં પ્રકાશ થયેલો જણાય કે જમી લેવું, લશણપાક તથા મધપીપરનું સેવન કરવું, અને ખાંટી ચીજની નજીક જવું નહીં અર્થાત્ ખટાશ ખાવી નહીં.

ઉપર કહેલી છએ ઋતુની બિના ધ્યાનમાં લઇ જે મનુષ્ય નિયમસર ચાલે તે મનુષ્યના શરીરમાં કદિપણુ દર્દ નજીક આવવા પામતું નથી. ૮૨–૮૩

(આઠ પહોરમાં છ ઋતુનો સમાવેશ–દોહા.)

પ્રથમ પ્રહર વસંત ઋતુ, ગ્રીષ્મ હોત મધ્યાન્હ;
તૃતિય યામ વર્ષા સુરીત, શિશિરથ સંધ્યા આન. ૮૪
આધિ નિશા શર્દહી સદા, પ્રાતઃકાલ હેમંત;
કહે કેશવ શિવયેાં કહ્યો, સુનો ગિરિજા ગુનવંત. ૮૫

સૂર્ય ઉગવાથી પહેલે પોહોરે વસંત રીતુનો, બપોરે ગ્રીષ્મનો, ત્રીજે પોહોરે વર્ષાનો સંધ્યા વખતે શિશિરનો, અર્ધિ રાતે શર્દનો અને પરોઢિયે હેમંત ઋતુનો આભાસ હોય છે. કેશવ કવિ કહે છે કે શિવજીએ પાર્વતીજી પ્રત્યે આ પ્રમાણે કહી આગળ ઋતુના રોગ રાજાનો ખુલાસા સાંભળવા સાવધાનતા માટે કહ્યું. હે ગુણવંત ગિરિજા ! આ પ્રમાણે છ ઋતુનું વર્ણન કર્યું. હવે આગળ એ ઋતુઓના રોગ રાજાનું વર્ણન કહું છું તે ધ્યાન પૂર્વક સાભળો.

(અપૂર્ણ.)



औषधि कल्पो मनुष्योने जोइये तेवो लाभ केम आपता नथी ?

(લેખકઃ-તંત્રી.)

પુરાતન કાળના રૂષિ પ્રણિત ગ્રંથોમાં અને યોગી માહાત્માઓના લખી ગએલા ગ્રંથોમાં અનેક જાતની વનસ્પતિના કલ્પો જોવામા આવે છે. એ કલ્પમા વર્ણન કરેલા ગુણો તન્દ્રુસ્થુન દરીથી જોઇએ તો તેમાં માની ન શકાય તેવી ગપોસિવાય બીજુ કંઇજ નથી, એમ ધ્યાનમાં આવ્યા સિવાયરહેતું નથી. અમે ધન્વંતરી માસિકમા " ગુંજા કલ્પ " લખેલો તે વખતે તેમાથી કેટલોક ભાગ અમારે આ કારણ છોડી દેવો પડેયો છતા પણ માસિકના સુજ્ઞ ગ્રાહકોએ કલ્પમા લખેલા ફાયદા થાય છે કે નહી તે સમધી શકાના સવાલો પુછયા હતા તેથી આ લેખથી વનસ્પતિ કલ્પો મળધે ખુલાસો કરવાની અમને જરૂર જણાઈ છે.

આપણા આર્ય વૈદક શાસ્ત્રના અનેક ગ્રંથોમા અનેક રોગો ઉપરની રામબાણ દવાઓ બતાવેલી છે અને તેજ દવાઓ આપણે આજે લાવી રોગીને આપીશુ તો, શાસ્ત્રમા બનાવ્યા પ્રમાણે ગુણ લાગ્યાવિના રહેશેજ નહી એમ કહેવાને કોઇ વૈદ હકિમ કે ડાકટર હિમત ધરાવી શકશે નહી. તો પ્રશ્ન માત્ર એટલોજ છે કે, એની એ દવા અને એના એ રોગ છતા ગુણ ન લાગવાનું કારણ શું ? કારણ એટલુંજ કે, વનસ્પતિ અને ખનીજ દ્રવ્યોમાં પરમાત્મા અંતરાત્મા રૂપે વ્યાપી રહેલા છે, એ વાતથી આપણે અજ્ઞાન છીએ. અગવા માહાત્માઓ અને વિદ્વાનો એ વાત આપણા ધ્યાન ઉપર લાવે છે, તો તેને આપણે હસી કાઢીએ છીએ ને તે વાતને ખોટી માનીએ છીએ, શાસ્ત્રકારો ડીમ ડીમ વગાડી કહે છે કેઃ—

एकोदेवः सर्व भुतेषु गुढः सर्वव्यापि सर्व भुतान्तरात्मा ॥
सर्वाध्यक्ष सर्वभुता धिवासः साक्षिश्चेता केवलो निर्गुणश्च ॥ १ ॥ "

અર્થાત્ સર્વ ભુતને વિશે અતરાત્મા રૂપે પરમાત્મા રહેલા છે ત્યારે મનુષ્ય જાનવર પશુપક્ષી વનસ્પતી કે પાષાણાદિ કે ખનીજ દ્રવ્ય બધામા પરમાત્મા એકજ રૂપે રહેલા છે. ફેર માત્ર એટલોજ છે કે વિકાસ ક્રમમાં જેમ જેમ આગળ વધવામા આવે છે તેમ તેમ ચૈતન્યનો પ્રકાશ વધારે પડે છે, અને વિકાસ ક્રમની ઉત્તરોત્તર ઉતરતી દશામા ચૈતન્યનો પ્રકાશ ઓછો માલુમ પડે છે. પરંતુ વસ્તુ માત્રમાં રહેલું ચૈતન્ય એક બેકનો પ્રેમ ભાવ કે દુષ્ટભાવ જાણી શકે છે. મનુષ્ય જાતીમાં જેમ સાત્વિક રાજસ અને તમાસ ગુણવાળાં મનુષ્યો હોય છે, તેજ પ્રમાણે વનસ્પતિ અને ખનીજ દ્રવ્યોમાં પણ તેવી જાતો રહેલી છે. અર્થાત્ તેવા ગુણો તેમના વંશમાં પણ ઉતરે છે, મેસમેરાઇઝ થએલો ક્લેરવોયન્ટ (વિશ્વ દ્રષ્ટિમાં આવેલો વિષેય) દરેક માણસના ગુણદોષ તેની આજુબાજુ રહેલા ઓજસને જોઇ કહી શકે છે. તેજ પ્રમાણે વનસ્પતિમાં રહેલા ગુણદોષ આગળના રૂષિ મુનિઓએ આધુનિક સમયના ડાકટરો અને વનસ્પતિ શાસ્ત્રીઓની માફક દરદી લોકો ઉપર અ-

જમાવી લખેલા નથી, પરંતુ યેાગ વિધાના બળથી આંતરજ્ઞાન વડે લખેલા છે. વ્યવહા દ્રષ્ટિએ આપણે વિચાર કરીએ તેા ખુલ્લું જણાય છે કે દરેક કામ ઉત્સાહથી જેવું થાય તેવું બળ કે જુલમથી કદીપણુ થતું નથી, કાયદાની દ્રષ્ટિએ દરેક કામ સૂચના અને સ્વિકાર વગર થતું નથી. અર્થાત જેને કામ કરાવવું હેાય તે માણુસ કામ કરી આપનારં સૂચના કરે, ને તે સુચનાનેા કામ જેને કરવાનું હેાય તે સ્વિકાર કરે, ત્યારેજ કામ થાય છે; અથવા જેને કામ કરવાનું હેાય તે જેને કામ કરાવવાની ઇચ્છા હેાય તેને સૂચન કરે, અને કામ કરાવવા ઇચ્છા રાખનાર તેનેા સ્વિકાર કરે, તેાજ કામ થાય છે. સૂચન અને સ્વિકારનેા નિયમ જડ વસ્તુઓને લાગી શકે નહી. ખરી રીતે તેા સાંપ્રત કાળમાં દવાઓનેજ જડરૂપજ માનવામાં આવે છે, એટલે દવા કરનાર વૈદરાજો હકીમેા અને ડેાકટરે વનસ્પતિ અને ખનીજ દવાઓને પેાતે ધારેલુ કાર્ય કરીઆપવા સૂચના કે વિનંતી શાનીક કરે ! અને દવાઓ પણુ તેમનું કાર્ય શાનું કરે ? પ્રાચીન કાળમાં તેવી રીતે વનસ્પતિ અને ખનીજ દવાઓ તરફ વર્તન થતું નહેાતું. વનસ્પતિઓ અને ખનીજ દવાઓ પણ ચૈતન્યમય છે, અને ધારેલું કાર્ય કરી આપવા તેમાં રહેલું ચૈતન્ય સામર્થ્યવાન છે તેમ તે વખતના રૂષિઓ અને મહાત્માઓ સારી રીતે સમજતા હતા. આ વાત હાલના જમાનાનેા કહેવાતેા સુધરેલેા વર્ગ કદી પણુ માનશે નહીં, તેથી કરીને સાચને કદી આંચ લાગવાની નથી. ધન્વંતરી માસિકના પ્રથમ વર્ષના અંક ૩—૪—૫ ના પાન ૩૪ ઉપર અમેાએ **"પ્રાચિન કાળની આયુર્વેદ વિદ્યા તથા અર્વાચીન કાળની વૈદ્યવિદ્યા સંબંધી વિચાર"** એ નામનેા લેખ લખેલેા છે, તેમાં પણુ લખેલું છે કે, કારતક અગર માગશરમાસમાં વનસ્પતિઓ રસથી ભરપૂર હેાય તેવા વખતે પવિત્ર સ્થળમાંથી અમુક વનસ્પતીઓ અમુક નક્ષત્ર વાર અને તિથિ વખતે વિધિ પૂર્વક લાવવી. એટલે તેને લેઇ આવવાના પહેલા દિવસે તેના આગળ ધુપદિપ નવેદ્યથી તેનું પૂજન કરી, ત્યાં આગળ તે વનસ્પતિના કલ્પમાં બતાવેલેા મંત્ર જાપ કરવેા, અને તેને વિનંતી પૂર્વક કહેવું કે, અમુક કાર્ય માટે હું તને કાલે લેઇ જવા માટે આવીશ. પછી બીજા દિવસે પ્રાતઃકાળમાં કે બતાવેલા વખતે અણુબેાલ્યા તે જગેાએ સ્નાનાદિ ક્રિયાથી પવિત્ર થઈ જઇ ત્યાં આગળ ધૃતાદિનેા દીપક કરી તે વનસ્પતીને કેાઇનેા પડછાયેા ન પડે તેમ અણુબેાલે લાવવી અને ઘરમાં પણુ પવિત્ર સ્થાનમાં પડછાયેા ન પડે તેવા સ્થળે એકાન્તમાં રાખી મૂકવી. કેટલીક વનસ્પતિને તેા લાવવા પહેલાં તેની પાસે રેાજ બેશી આઠ આઠ કે દસદસ દિવસ સુધી મંત્ર જાપ કરવાનેા લખેલેા છે. આવી વિધિપૂર્વક લાવેલી વનસ્પતિમાં રહેલું ચૈતન્ય ધારેલું કામ કરી આપતું હતું. આ વિધીનેા સાંપ્રત કાળમાં તદન લેાપ થઇ ગએલેા જોવામાં આવે છે. કયા વૈદરાજો, ડેાકટરેા, કે હકિમ સાહેબેા, આ વિધિથી વનસ્પતિને લાવી તેનેા ઉપયેાગ કરે છે ? સાંપ્રત કાળમાં તેા ઔષધીઓ કેટલીક તેા પરદેશથી આવે છે, અને તે ગમેતેવા માણુસની લાવેલી અને ગમેતેવા અપવિત્ર સ્થળની છતાં ગમે તે વખતે લીધેલી હેાય છે. ગાંધીને ત્યાંપણુ કેટલેાક વખત પડી રહેલી આપણુને મળે છે. ગાંધીને ત્યાં ન મળતી દવાઓ જંગલની કે વગડાની વનસ્પતિઓ ઢેડ વાઘરી કે એવાજ નીચ જાતના લેાકેા પાસે મંગાવવામાં આવે છે, અને તેવા લેાકેા તે ઔષધીને શત્રુની માફક કેાવાડા કે કેાદાળીથી ખેાદી ખેાદી લાવે છે, પાશેરની જરૂર હેાય તેા પા શેરને બદલે પાંચશેર કાપી લાવે છે. અને વખતે આખા વૃક્ષને પણુ વગર જરૂરે કાપી લાવે છે. એટલે વનસ્પતી તરફ પ્રેમ ભાવને

બદલે ઉલટા અનુભાવ બતાવવામાં આવે છે. આવા ભાવથી લાવેલી વનસ્પતિ આપણું ધારેલું કાર્ય કેવી રીતે કરી આપશે, તેનો વિચાર કરો, એટલે ખાત્રી થશે કે વનસ્પતિ દવાઓ કેમ ગુણ કરતી નથી. વળી ચોમાસુ વીતી ગયા પછી રહેલી વનસ્પતિદવાઓ વીર્યહીન થાય છે, એવું આપણા વૈદકશાસ્ત્રો વારંવાર કહે છે, તેવી દવાઓ પણ કેવી રીતે ગુણ આપશે? આપણાં શાસ્ત્રોમાં કહેલું છે કે, મરેલા ઢોરના ચામડાને જો સુરા (દારૂ)ના છાંટા પડે તો મરેલા ઢોરની પણ અવગતિ થાય તો આવી વનસ્પતિને પવીત્ર રાખવાને બદલે સ્પિરિટોની મદદથી તેમના અર્ક કાઢવામાં આવે છે, એટલે પવિત્રતાનો તો સવાલજ કયાં રહ્યો? વળી જે તે દેશની વનસ્પતિઓને તે તે દેશની હવા પૃથ્વિ અને આજુ બાજુની વસ્તુઓની અસર થાય છે. તેથી એક દેશની વનસ્પતિ દવાઓ બીજા દેશના લોકો ઉપર સારી અસર કરી શકતી નથી, એટલુંજ નહી પણ, તે દેશના એક ભાગની વનસ્પતિ તેજ દેશના બીજા ભાગના મનુષ્ય ઉપર જોઇયે તેવી સારી અસર કરી શકતી નથી. વળી કુદરતે પણ એવીજ ગોઠવણ રાખેલી છે કે, દેશના એક ભાગમાં જે વનસ્પતી હોય છે, તે બીજા ભાગમાં હોતી નથી. જેવી રીતે વનસ્પતિમાં કુદરતે યોજના રાખી હોય છે, તેવીજ યોજના મનુષ્ય શરીરોમાં પણ રાખેલી છે. એટલે શરીરનો બાંધો, પ્રકૃતિ, ગુણ, બળ, વર્ણમાં પણ એકજ દેશના જુદા જુદા ભાગમાં તફાવત પડે છે. તેવોજ નિયમ વનસ્પતિ વર્ગમાં પણ પ્રવર્તે છે. અર્થાત વનસ્પતિમાં રાજસ તામસ કે સાત્વિક એ પૈકીના કીયા ગુણો છે તે, તે દેશના લોકોના પૃથ્વિના અને વાતાવરણના ઉપર આધાર રાખે છે. શાસ્ત્રમાં બતાવેલા વનસ્પતિના કલ્પો જોતા, એકજ વનસ્પતિને યથાવિધિ લાવી રાખવામા આવતી, અને તે અનેક રોગોને દુર કરતી. હાલની દવાખાનાની "લેબોરેટરી" માં જોઇશું તો હજારો જાતની દવાઓની શીશીઓ ભરેલી હોય છે. અને એક રોગીની સારવાર કરવામાં કેટલીક દવાઓની મેળવણી કરવામાં આવે છે, છતા જાણુને માટે રોગ કયારે નાબુદ થાય છે? હાલના કુદરતી રોગોપચાર વિધાના હીમાયતીઓ છાતી ઠોકીને કહે છે કે, કુદરતનો એવો નિયમ છે કે સજીવ પ્રાણીઓ નિરજીવ પદાર્થો ઉપર ક્રિયા કરી શકે છે, પરંતુ નિરજીવ પદાર્થો સજીવ પ્રાણીઓ ઉપર અસર કે ક્રિયા કરી શકતા નથી. જેથી ખનીજ દ્રવ્યો જે કે નિરજીવ છે, તે આપણા સજીવ શરીર ઉપર શી રીતે ક્રિયા કરી શકશે! પંચતત્વો કે જેનું આ શરીર બનેલું છે તેવાજ તત્વોનો તેઓ રોગો મટાડવામાં ઉપયોગ કરે છે, જેવાંકે, હવા, અજવાળું, સૂર્યનાં કિરણો, વિદ્યુત, અને પૃથ્વિ. આપણે પણ વનસ્પતિમાં રહેલા ચૈતન્ય પાસે કામ કરાવવાની યોજના કરીશું તોજ રોગ નાબુદ કરવાને ફાવીશું, નહી તો જડ વસ્તુઓથી રોગો કદી પણ મટવાના નથી. માટે વનસ્પતિ અને ખનીજ દ્રવ્યો ચૈતન્યમય છે, અને તેમાં રહેલું ચૈતન્ય આપણું ધારેલું કાર્ય કરી શકશે, એવી શ્રદ્ધા અને પ્રેમ જ્યાંસુધી આપણા અંતઃકરણમાં પ્રગટશે નહી, ત્યાં સુધી તેવી દવાઓ ફાયદો પણ કરનાર નથી. દાખલા તરીકે, પારદને સંસ્કાર કરતા પહેલાં શ્રી ગુરૂ, કન્યા, બટુક, ગણપતિ, યોગીની અને ક્ષેત્રપાલનું પૂજન કરી સુભ મુહુર્ત અને શુભ નક્ષત્રમાં તેને શોધવાનો પ્રારંભ કરવો. શોધનના પ્રારંભે અઘોર મંત્રથી પારદને ધોઇ, તેની પૂજા કરવી, તેજ પ્રમાણે હરતાલને માટે પણ કહેલું છે. એટલે ખનીજ દ્રવ્યોને પણ ઉપયોગમાં લેવા પહેલાં તેમા રહેલા અંતરાત્મા રૂપી ચૈતન્યની યથાવિધિ પુજા કરવામાં આવતી હતી આપણા શાસ્ત્રકારોએ પીપળાના વૃક્ષને બ્રાહ્મણ માનેલો છે. તુલસીને માતા

માનેલાં છે. તુળશીનાં મનુષ્ય માફક લગ્ન પણ થાય છે. પીપલાની સ્ત્રીઓ પૂજા કરે છે, તેની પાછળ ફેરા ફરે છે, તેને અનેક જાતનાં નૈવેદ્ય સોમવતી અમાસ જેવા પર્વમાં ધરાવી વ્હેંચવામાં આવે છે. પીપળાના વૃક્ષનું પૂજન કરવાથી ભૂતાદિ બાધા જાય છે. એજ વૃક્ષોની પૂજા સાંપ્રત કાળમાં લોકો તેને જીવરહીત વૃક્ષમાંની કરે છે? સાંપ્રતકાળમાં પ્રોફેસર ગેદસે વનસ્પતિ ઉપર ઘણા પ્રયોગો કરી શાબીત કરી આપ્યું છે કે, વનસ્પતિમાં ચૈતન્ય રહેલું છે, અને તેજ ચૈતન્ય આપણો સદભાવ કે દુષ્ટભાવ સમજી શકે છે. એમરસનની કેટલીક વાતો મી. હુટને પ્રસિદ્ધ કરી છે, તેમાં પણ તે લખે છે કે "મ્હારી ખાત્રી છે કે વૃક્ષોને મ્હારી ગેરહાજરી જણાઇ આવે છે. હું જ્યારે તેનાથી દુર જાઉં છું ત્યારે તેઓ ઉદાશી લાગે છે, અને જ્યારે હું તેઓની પાસે જઇ તેની નીચેના નાહાની ડાળીઓને હાથ લગાડી હલાવું છું ત્યારે તેઓ પ્રફુલ્લિત અને ખુશનુમા જણાય છે." ગુપ્ત વિદ્યાના શોધકોથી પણ શાબીત થએલું છે કે, વૃક્ષોમાં રહેલું ચૈતન્ય ઇચ્છામાં આવે ત્યારે મનુષ્યનું રૂપ ધારણ કરે છે, અને મનુષ્યને દર્શન આપે છે.

નડીયાદ નિવાસી મહાત્મા શાસ્ત્રી રેવાશંકર જેઓ સંવત ૧૯૨૮ની સાલના અરસામાં પંચતત્વને પામ્યા છે, જેમને હું ગુરૂ તરીકે માનું છું તે માહાત્માએ એક પ્રસંગે મને કહ્યું હતું કે, હું જ્યારે કાશીમાં માહાન યોગીરાજ શીવરૂપ સ્વામી પાસે વિદ્યાભ્યાસ માટે રહ્યો હતો, તે વખતે મેં તે મહાત્માની પીઠ ઉપર એક પાઠું થએલાની ગુઘ જોઇ હતી. મેં તેમને વિનંતી કરી પૂછ્યું કે, મહાત્મા, આ પાઠું તમને શી રીતે મટ્યું! જેના ઉત્તરમાં મહાત્મા બોલ્યા કે, હું ગંગાના કિનારે એક વૃક્ષ નીચે હમેશ સમાધી કરવા બેસતો. પાઠાની ઇજા મને લગભગ છ માસ સુધી રહી હતી પરંતુ તેની દવા હું કરતો નહોતો. એક વખત હું સમાધીમાં બેઠેલો તે વખતે જે ઝાડ નીચે હું બેઠો હતો. તે ઝાડ ધ્યાનસ્થ સ્થિતિમાં મનુષ્ય શરિર ધારણ કરી માહારી સામે આવી ઉભું રહ્યું ને મને કહેવા લાગ્યું કે, હે મહાત્મન્ પાઠાની ઇજાથી તમે શા માટે હેરાન થાવ છો? તમે જે ઝાડ નીચે બેસો છો તેજ હું છું, મારાં પત્ર લેઇ તેને વાટી તેની લુગદી એ પાઠા ઉપર ત્રણ ચાર દિવસ બાંધો એટલે પાઠું રૂઝ જશે. માહાત્માએ કહ્યું કે હું ઘણા દિવસથી તારી છાયા નીચે બેસી સમાધી કરૂં છું, છતાં તેં મને આજ સુધી કેમ ન કહ્યું? વૃક્ષે જવાબ આપ્યો કે, એ રોગનો અવધિ આવ્યો નહોતો, અને આપને પુર્વજન્મના કર્માનુસાર એટલા દિવસની પીડા ભોગવવાની હતી, માટે મેં દર્શન આપી આપને વિનંતી કરી નહોતી. મહાત્મા બોલ્યા કે, જ્યારે રોગનો અવધિ આવી રહ્યો છે ત્યારે, હવે તારા પત્રને વાટી તેની લુગદી પાઠા પર બાંધવાની જરૂર નથી; એની મેળે મટી જશે. પછી તે પાઠું એની મેળે મને ચાર પાંચ દિવસમાં મટી ગયું હતું. શિવરૂપ સ્વામી કેવા હતા, તે સંબંધિ રા. રા. કવિ નારાયણ યશવંત "રેવાશંકર જન્મ ચરિત્ર"માં નીચે પ્રમાણે લખે છે:

લાવણી.

આ ગયા, પછી ત્યાં રહ્યા, અતિ દુઃખ સહ્યા, જનની છે મયા, સુશિલા જેની;
આ બાધ, વિદ્યાભ્યાસ, કર્યાના કાજ, શિવજીના પાસ, ગણીને જ્ઞાની.
એ શિવજી યોગીરાજ, સિદ્ધજન સાથ, મગ્ન દિન રાત, તમા નહી કોની;
જે માને એકજ બ્રહ્મ, ગણે નહી કર્મ, ખરૂં એ વર્મ, બુધે નિત્ય માની.

જે માને નિર્ગુણ એક મને ધરી ટેક, સગુણ તણી છેક, પૂજા વિધિ સારી,
છે પ્યારો કર્મટ માર્ગ, મળે નહી લાગ, પકરિ અરિ કાગ જતા નિયું ધાલી.
એ સ્વામી એવો જાણુ, સિદ્ધ મન આણુ, અલૌકિક ખાણુ, જ્ઞાન ગુણ એમા;
એ માટે આવું રત્ન, કરો લેઇ જત્ન, અલ્પ છે યત્ન ખરેખરૂં એમા.

દોહરો.

રેવો હરખ્યો અતરે, જાણી સુંદર કાય,
નારાયણ પ્રતિરૂપ છે, આ સ્વામી શિવરાય.

પદ.

(સાચિ માઝિ પ્રિત કદી ઘડલી ઘડલી ઘડલીરે)એ—રાગ
પામુ સદગુરૂ લાભ વિધિ બળથી બળથી બળથીરે,
ગુરુ કૃપાથી પાપ બળે જન્મ મરણ ટેવ ટળે,
વેદ તણું મર્મ કરે, જલદી જલદી જલદીરે. પામુ ૧
શર્ણગુરુ પદામ્બુજ જાઉં, ચિન્મય સુખ લીન થાઉં;
અનુપમ સુખ ન મળે આવું, ખચિત ખચિત ખચિતરે. પામું. ૨
એમ દૃઢ નિશ્ચય કીધ, ચિત ત્યા સપૂર્ણ દીધ,
પ્રેમ નારાયણ પીધ, સત્ય સત્ય સત્યરે. પામું. ૩

શિવરાજ જેવા આ ા મહાત્માની કહેલી વાત અસત્ય હોય એમ કદી સભવે નહી તેમજ રેવાશકર શાસ્ત્રી જેવા મહાત્મા પણ તેવી વાત કદી ખોટી કહે એ સભવેજ નહી એટલે ગુપ્ત વિદ્યાના શોધકો લખે છે કે વૃક્ષો મનુષ્યદેહ ધારણ કરી દર્શન દે છે, એ વાતને ટેકો મળે છે.

ઉન્નતીક્રમમા આગળ વધેલા જીવો પોતાના કરતાં પાછળ રહેલા જીવો ઉપર સત્તા ચલાવે છે. અને પોતાનુ ધારેલુ કાર્ય તેમની પાસે કરાવે છે સ્થાવર વૃક્ષ પશુ પક્ષી વિગેરેમા રહેલા જીવો મનુષ્ય કોટીમાં રહેલા જીવો કરતા ઉન્નતિક્રમમા પાછળ રહેલા છે તેથી તેમની પાસે પોતાનું ધારેલુ કામ માણસજાત કરાવી શકે એ સ્વાભાવિક છે. વિદ્યાભિજ્ઞ પુરૂષોના મડળોમા મહાન કૃષિકાર લ્યુથર બુરબેન્ક આજે એક મધ્યાન્હના સૂર્ય જેવો પ્રકાશે છે સઘળી વનસ્પતિઓ તેની આજ્ઞાનું પાલન કરી તેની ઇચ્છાનુરૂપ વર્તે છે. બુરબેન્ક પોતે ઇચ્છા કરે છે તે પ્રમાણે વનસ્પતિને પોતાનું રૂપ ધારણ કરવું પડે છે. હજારો વર્ષથી જે વૃક્ષો કાંટાવાળા ઉગતા હતા તે વૃક્ષો તેની સત્તાથી કાંટા વિનાના ઉગે છે. તેમજ જે ફળો હજારો વર્ષથી ઠળીયા કે ગોટલીવાળા થતાં આવે છે, તે ફળો ઠળિયા કે ગોટલી વિના હાલમા બુરબેન્કની ઇચ્છા મુજબ થાય છે બોર જેવડા ફળને કેરી જેવડુ કે નાળીએર જેવડુ કરવું એ બુરબેન્કને જરાપણ કઠણ નથી. વૃક્ષ પાસે અકાળે ફળ ધારણ કરાવી શકે છે બુરબેન્કની ઉમર હાલ ૬૦ વરસની છે તેણે એટલી ઉમરમાં વનસ્પતિના અનેક શોધો કર્યા છે ને હજુ તેના શોધો ચાલુજ છે તેને વનસ્પતિ ઉપર અત્યત પ્રેમ છે, તેને લીધેજ વનસ્પતિને તેની ઇચ્છા પ્રમાણે વર્તવું પડે છે. થાસ ા કિંવા હાથીથાથોરને તેણે કાટા વગરના ઉગાડી દુનીયા ઉપર અત્યત ઉપકાર કર્યો છે.

કારણ દુષ્કાળના વરસમાં તે માણસ અને જાનવરના ખોરાકમાં કામ લાગે છે. બુરબેન્ક કહે છે કે બીજા પ્રાણીઓથી પોતાનું રક્ષણ કરવા માટે થોરે પોતાના શરીર ઉપર કાંટા ધારણ કરેલા છે. આથી થોરને તમારી વાડીમાં વાવીને ધૈર્યથી અને પ્રેમથી તેની ખાત્રી કરો કે તને મહારાથી અગર બીજા પ્રાણી કે મનુષ્યથી જરાપણ હરકત નહીં થાય, એવી સંભાળ રાખીશું. તો તે કેટલેક વખતે તે વાતની ખાત્રી થયા પછી તેમાંથી નીકળતો ફાંટો ઓછા કાંટા કાઢશે, તેને જુદો ઉછેરી ઉપર પ્રમાણે કરતાં તેમાંથી પણ ઓછા કાંટાવાળો નીકળશે. એમ ઉત્તરોત્તર ઉછેરતાં કાંટા વિનાનો થોર થશે. કાંટા શરીર ઉપર ઉગાડવાને વૃક્ષને ઘણી મહેનત પડે છે. પરંતુ જ્યારે તેની ખાત્રી થાય છે ત્યારે તેવો શ્રમ લેવો તે બંધ કરે છે. અને નમ્રતાથી તે આપણી ઇચ્છા પ્રમાણે વર્તે છે.

આપણા મહાન શોધકોના કહેવા પ્રમાણે બુરબેન્ક પણ કહે છે કે, પ્રત્યેક છોડનો સ્વભાવ, લક્ષણ, રચના, ટેવ, અને વલણો ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારનાં હોય છે. અને હજારો વર્ષથી પ્રત્યેક છોડ પોતાના સ્વભાવ લક્ષણ વિગેરેને સાચવી રહ્યો છે. અને તેના અણુ-અણુમાં સુદૃઢ સ્થપાઇ ગયાં હોય છે. અનેક સૈકાં વહી ગયાં છતાં તેના સ્વભાવમાં જરા પણ ફેર પડયો હોતો નથી.

બુરબેન્કને પોતાની શોધોમાં વધારે મદદ મળે એટલા માટે ગયા છ સાત વરસથી **કારનેજી ઇન્સ્ટીટયુટે** દર વરસે ત્રીસ હજાર રૂપૈયા પ્રમાણે દશ વર્ષ સુધી તેને આપવા માટે કાઢયા છે.

બુરબેન્ક જેવા અમેરીકાની ભૂમિમાં જન્મેલા પુરૂષો વનસ્પતિ ઉપર પૂર્ણ પ્રેમ રાખી પોતાનું ઇચ્છિત કાર્ય કરાવે છે. ત્યારે તમે કે જે આર્યાવર્તમાં જન્મેલા મહાન રૂષિ મુનિઓના સંતાનો છો, તે જો તમારા પુર્વજોએ તમારા ઉપર મહાન ઉપકાર કરી વનસ્પતિના અનેક કલ્પો લખી રાખેલા છે, તે યથાશાસ્ત્ર કરો તો તેમાં શું બનવા જેવું નથી, તે સમજાતું નથી. પરંતુ આપણને તો આપણા મહાન પુર્વજોના બોલવા ઉપર ક્યારે વિશ્વાસ છે. અને તેની સત્યતા માટે આપણને ક્યારે ખાત્રી છે. જ્યારે આપણે પૂર્ણ શ્રદ્ધાવાન રહશું, વનસ્પતિ ઉપર પુર્ણ પ્રેમ રાખીશું ત્યારે વનસ્પતિ પણ આપણું ઇચ્છિત કામ કરશે.

આપણે જ્યારે તર્પણ કરીએ છીએ ત્યારે,—

ॐ ब्रह्माणंतर्पयामि । ॐ सागरांस्तर्पयामि ॥
ॐ पर्वतांस्तर्पयामि । ॐ पृथिवींस्तर्पयामि ॥
ॐ ओषधिस्तर्पयामि । ॐ वनस्पतिंस्तर्पयामि॥

ઇત્યાદિ કહીએ છીએ. જો તેમાં પરમાત્માનું ચૈતન્ય ન હોય તો આપણા રૂષિમુનિઓએ શા માટે તર્પણમાં તેમ લખ્યું હશે? પરંતુ હાલતો આપણે આપણા ગોર (ગુરૂ) ના કહેવા પ્રમાણે માત્ર પાણીના ખોબાજ (પોરો) ભરીએ છીએ. આપણા લોકોમાં વનસ્પતિ ઉપર પ્રેમ ધરાવનાર અનેક પુરૂષોનાં દષ્ટાંત છે તેમાંનું એક દૃષ્ટાંત નીચે આપુંછું.

મહાન ભક્ત **કબીર**ના પુત્ર **કમાલ** પોતાના ગુરૂ પાસે અભ્યાસ કરવા રહેવા ગયેલા. કમાલના પ્રેમભાવની પરિક્ષા કરવા માટે ગુરૂએ પોતાની ગાય સારૂ ચારનો ભારો લાવવા

મારે તેમને દાતરડું અને બંધીઓ આપ્યો. કમાલ તે લેઇ વગડામાં ગયા. પ્રાતઃકાળનો વખત હતો, ચાર ઉપર ઝાકળનાં ટીપાં જામેલાં હતાં, ચારને હાથમાં પકડી દાતરડા વતી કાપતાં ઝાકળનાં ટપકાં નીચે પડવા લાગ્યાં. કમાલને લાગ્યું કે, દાતરડાવતી ચારને કાપતાં તેને દુઃખ થાય છે, ને તે રૂદન કરે છે. તેથી કમાલનું હૈયું ભરાઈ આવ્યું, અને ઘણીવાર પોતે પણ ચાર પાસે રૂદન કર્યું. અને છેવટે ચારનો ભારો લીધા વિના ઘેર આવ્યા. ગુરૂએ તેમને પુછ્યું કમાલ ગાય માટે ચારનો ભારો કેમ ન લાવ્યો? કમાલે સર્વ હકીકત કહી, ગુરૂ તેનો પ્રેમભાવ જોઇ અત્યંત પ્રસન્ન થયા. બન્ધુઓ! જ્યાં પ્રીતિ છે ત્યાંજ ધારેલું કામ થાય છે. વનસ્પતિ દવાઓ કે ખનીજ દવાઓ તમારૂં ધારેલું કાર્ય કરતી નથી. **પરંતુ તેમાં રહેલી ચૈતન્ય શક્તિજ તમારૂં કાર્ય કરે છે. તે ચૈતન્યને જ્યાં સુધી નહી ઓળખી શકો ત્યાં સુધી દવાના રગડા આપવાથી કંઇ અર્થ સરવાનો નથી.**

વનસ્પતિ અને ખનીજ પદાર્થો સંબંધે ગુપ્ત વિદ્યાના શોધકોએ પણ લખવામાં બાકી રાખેલી નથી. આ સ્થળે આપણે તેમાંથી વનસ્પતિ સબંધે થોડું લખી આ લેખ બંધ કરીશું. "વનસ્પતિમાં મનુષ્ય શરીર ઉપર અસર કરવાની બળવાન શક્તિ સમાયલી જણાય છે. તેમા પણ જુદી જુદી જાતના છોડ તેમજ વૃક્ષોની ઘણી જુદી જુદી પ્રકારની અસર હોય છે. જેઓએ આ વિષયનો સારી રીતે અભ્યાસ કર્યો નથી. તેઓએ વૃક્ષો વિગેરેમાં જે સમજશક્તિ, અસર કરવાની શક્તિ, અને તેનું બળ છે તેને હીસાબમાં ગણતા નથી. આ સબંધી 'ક્રીશ્ચન ક્રીડ' નામના ગ્રંથમાં વિસ્તારથી લખવામા આવ્યું છે. પરંતુ અહીં એટલું જણાવવું બસ થશે કે સામાન્ય રીતે સર્વે વૃક્ષો તેમાં પણ જે ઘણાં પુરાણાં હોય છે, તેઓમાં એક પ્રકારની વ્યક્તિ બંધાય છે. અને તેને એ વૃક્ષોનો જીવ છે એમ કહીએ તો પણ ચાલી શકશે. પુનર્જન્મ પામનાર જીવ જેટલો તે જીવ વૃદ્ધિ પામેલો નથી, એટલે તેની સરખામણી તો થઇ શકે નહી, તો પણ તેનામા તે દેશની શક્તિ અને સમજ બહુ બળવાન હોય છે તેનામાં રાગ દ્વેષ જણાય છે. દિવ્યદ્રષ્ટિથી જોતાં તેમાં વર્ષાદ તથા તડકાની જ્યારે અસર થાય છે ત્યારે આનંદનાં ચિન્હ તરીકે સુંદર ગુલાબી તેજ દેખાય છે. તેમજ જે માણસનો સંગ તેને અનુકુળ હોય છે તે જ્યારે પાસે આવે છે, અથવા જેનાં આન્દોલનો તેને અનુકુલ હોય છે તે પાસે આવે છે ત્યારે પ્રફુલિત જણાય છે. એમરસનની કેટલીએક સ્મરણ કરવા યોગ્ય વાતો હટને પ્રસિદ્ધ કરેલી છે તેમાં તે લખે છે કે એમરસન એવું કહેતો કે માહારી ખાત્રી છે કે વૃક્ષોને મહારી ગેરહાજરી જણાઇ આવે છે. હું જ્યારે તેનાથી દુર જાઉ છું ત્યારે તેઓને ઉદાસી લાગે છે. અને જ્યારે હું તેઓની પાસે જઇ તેની નીચેની ન્હાની ન્હાની ડાળીઓને હાથ લગાવી હલાવું છું, ત્યારે તેઓ પ્રફુલિત અને ખુશનુમાં જણાય છે."

આપણે એક વાત લક્ષમાં રાખવા જેવી છે કે, જંગલમાં કોઇપણ પુરાણું વૃક્ષ હોય તે વનસ્પતિ વર્ગમાં વિકાસક્રમમાં સર્વેથી ટોચે પહોચેલું હોય છે અને તેનો જ્યારેનાશ થાય છે, ત્યારે તેનો જીવ પ્રાણીવર્ગના છેક નીચેના ભાગમાંથી આરંભ કરતો નથી, પણ તેના કરતાં ઉપરથી આરંભ કરે છે. કેટલીકવાર એવા વૃક્ષનો જીવ એટલો સમજવાવાળો હોય છે કે, તે વૃક્ષમાંથી પોતે બહાર છુટો નીકળી આવી શકે છે. અને જુજ સમય સ્થુળરૂપ ધારણ કરે છે. આ જીવ ઘણું કરી મનુષ્યનુંજ રૂપ ધારણ કરે છે. બીજા સૂર્યમંડળોમાં

ઇચ્છારૂપ જુદા પ્રકારનું હશે તે કાંઇ આપણે જાણતા નથી. પરંતુ આપણા સૂર્યમંડળમાં તો તેવું રૂપ મનુષ્ય-રૂપ ઇશ્વિરે ઉંચામાં ઉંચી સમજશક્તિ પ્રદર્શિત થવા નિર્માણ કરેલું છે. અને તેવુંજ અંત સુધી રહેવાનું છે. એટલે નીચેના વર્ગોના જીવોને તેવું રૂપ ધારણ કરવાનું મન થાય છે અને તેને લીધે આવા સમયે જાણે એ રૂપમાં પોતે હોય તો સારૂં, એમ માની તેવું દર્શન આપે છે.

એવીજ રીતે ભુવર્લોકની પ્રકૃતિનાં થયેલાં સત્વો જે નીચા પ્રકારના દેવોની ગણનામાં આવે છે, તેઓનાં રૂપ એવાં નરમ છે કે તેની ઇચ્છાશક્તિથી જેવી આકૃતિ કરવી હોય તેવી થઈ શકે છે. અને તેને લીધે તેઓ મનુષ્ય રૂપ જેવી આકૃતિ કરે છે. તેવીજ રીતે વૃક્ષનો જીવ પણ જ્યારે બહાર છુટો પડી શકે છે, ત્યારે તે મનુષ્યરૂપે દર્શન આપી શકે છે. ખરેખર આ કારણને લીધેજ વનદેવીઓની ભાવના લોકોમાં ઉત્પન્ન થઇ હશે. અને વૃક્ષને દેવ માની પૂજન કરવાની રૂઢી પણ આવા કારણથી ચાલી હશે. કારણકે કોઇ અજ્ઞ મનુષ્યના જોવામાં કોઇ વૃક્ષમાંથી બહાર નીકળતું એક ભવ્યરૂપ આવે તો અવશ્ય તે સ્થળે તે કોઇ પ્રકારની મૂર્તી સ્થાપન કરી તેનું યજન પુજન કરવા લાગે. તેને કાંઈ એવું જ્ઞાન હોતું નથી કે, પોતે મનુષ્ય રૂપે એ વૃક્ષનારૂપ કરતાં ઘણો શ્રેષ્ઠ છે. કેમકે જો એવી એ વૃક્ષના જીવની માન્યતા હોય નહી તો મનુષ્યનું રૂપ શા માટે ધારણ કરે?

વનસ્પતિની સમજશક્તિ જેવી છે તેવી જો ગુપ્ત રીતે તપાસીએ તો તેનામાં ઘણી જ જાણવા લાયક પ્રેરણાસ્થિત થએલી છે. એક તો એ છે કે, કેટલાક મનુષ્યની પેઠે તેને પણ પોતાની પ્રજાની વૃદ્ધિ કરવાની, અને પોતાનું કુટુંબ બાંધવાની ઇચ્છા થાય છે. વળી તે જ્યારે પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે રંગ ધારણ કરી શકે છે, સુંદર ફુલ આણી શકે છે, તેમાં સારી સુગંધ લાવી શકે છે, અને તે પ્રત્યે મધમાખ, ભ્રમર ઇત્યાદિને આકર્ષી શકે છે, તથા તે સર્વ શ્રમ સફળ થએલો તેના જોવામાં આવે છે, ત્યારે તેને ઘણો આનંદ થતો હોય એમ દેખાય છે. વનસ્પતિ પ્રતિ પ્રેમભાવ જો બતાવવામાં આવે તો તે સમજે છે.અને તેની લાગણી પણ દેખાય છે, એ વાત તો નિર્વિવાદ છે. મનુષ્યોનો પ્રેમ ગ્રહણ કરવાની તેનામાં સમજ છે, અને તે પોતાનો પ્રેમ પોતાની રીતી પ્રમાણે સામો પણ પ્રદર્શીત કરે છે. આ સઘળી વાત આપણા ધ્યાનમાં આવે તો વનસ્પતિની મનુષ્યના ઉપર કેટલીઅસર થઇ શકે છે, તે આપણે સારી રીતે સમજી શકીયે. આ વાત સામાન્ય રીતે સમજવામાં આવતી નથી, પણ જો એવું નિશ્ચય સમજાય કે આપણી આસપાસ વસતાં વનસ્પતિ જનાવરો તેમજ મનુષ્યો આપણા પ્રેમનાં ગ્રાહક છે, તેમજ પ્રેમ દર્શાવે છે, તો આપણું જીવન બેશક વિશેષ પૂર્ણતાવાળું, ભરપૂર અને વિસ્તારવાળું આપણને લાગ્યા વિના રહે નહીં.

તંત્રી.

ઉદર રોગ (ચુંક.)

૧ અજમો, સીધવ, હરડેદળ, તથા હીંગ એ સર્વે સમભાગ લેઈ તેનું ચૂર્ણ બે આની ભારથી તે પાવલીભાર સુધી ટાઢા કિંવા ઉન્હા પાણી સાથે ફાકવાથી ચુક મટે છે.

૨ મજીઠ, ત્રીફલા, હળદર, દારૂહળદર, સુંઠ, એની ચટણી કરવી. એ ચટણીના વજનથી દસઘણું એરંડ તેલ તેમાં મેળવવું, અને તેટલુંજ પાણી તેમાં મેળવી ઉકાલવું. પાણી બળી જાય તેલ અવશેષ રહેથી ઉતારવું, ને તેલ ગાળી લેવું. તે તેલ પેટ ઉપર ચોળવાથી ચુંક મટે છે.

૩ કાયફાને દેવતામાં શેકી ફાટી ગએથી બીજ કાઢી લેઈ તેને વાટવી. તેમાં લવીંગ અને સીધવખાર મેળવી ફાકવાથી ચુંક મટે છે.

૪ દેવતા ઉપર ફુલાવેલી હીંગ સાથે ચણાનો ખાર આપવાથી ચુંક આફરો, અને અજીર્ણ મટે છે.

૫ ડુંગળીનો રસ પીવાથી ચુંક મટે છે.

૬ દીકામાલી હીંગ તથા એળીયાનો પેટ ઉપર લેપ કરવાથી ચુક મટે છે.

૭ તજ તોલા ૨ા, સુંઠ તોલા ૨ા, ઇલાયચી તોલા ૨ા, એનું બારીક ચૂર્ણ કરી બે ત્રણ વાર આપવાથી ચુક, ઉલટી, ગોટલા, રક્ત શ્રાવ મટે છે. તેમજ ઝાડો પણ મટે છે.

૮ તુળસીનાં પાંન મરી સાથે ખાવાથી ચુકને આફરો મટે છે

૯ બીજોરાનો રસ, જવખાર, અને મધ એકત્ર કરી પીવાથી ચુંક મટે છે, તેમ ઉલટી પણ મટે છે.

૧૦ બીજોરાનો રસ સીંધવ સાથે પીવાથી ચુંક મટે છે.

૧૧ લવીંગની ચાહા પેટની ચુંક અને અજીર્ણને મટાડે છે.

૧૨ લસણને દેવતામા શેકી મીઠા સાથે ખાવાથી પેટની ચુક મટે છે.

૧૩ ચણાના એક તોલા ખારમાં એક તોલો પાંણી મેળવી પીવાથી ચુંક મટે છે.

૧૪ અજમો, લમણ, ઇલાયચી, અને સીંધવખારનુ ચૂર્ણ એક પૈસાભાર ખાવાથી ચુંક મટે છે. ઘણા દિવસની ચુક હોયતો થોડા દિવસ આ ચૂર્ણનું સેવન કરવું.

૧૫ કળી ચુનો ને ગોળ એ બન્નેની ગોળી કરી ખાવાથી ચુંક મટે છે.

૧૬ લસણ, ડુંગળી, હીંગ, અને જવખાર એની બોરજેવડી ગોળી ગળવાથી ચુંક મટે છે.

૧૭ ખરમાંડીની દાંડીઓને દેવતાની ભરસાડમાં શેકી, તેને ચોળા નીચોવી તેનું પાણી રૂપેયા બે ભાર સુધી પીવાથી ચુક મટે છે.

૧૮ થોરના પાંનને દેવતા ઉપર શેકી તેને નીચોવી તેનું પાણી રૂ ૨) ભાર સુધી પીવાથી ચુંક મટે છે.

૧૯ અજમાના અર્કમાં સીંધવખાર મેળવી પીવાથી ચુંક મટે છે.

૨૦ સાબરસીંગા ભરમ અને હરતાળ ભરમની એક ચુંજ જેવડી ગોળી કરી આપવાથી ચુંક મટે છે.

૨૧ હીંગ પાંચથી વીસ ગ્રેન (ઘઉંભાર) દેવતા ઉપર ફુલાવી પાણી સાથે ફાકવાથી ચુંક મટે છે.

૨૨ આદાનો રસ રૂ ૨) ભાર, એરંડીયું તેલ રૂ ૨ા ભાર, બંગડીખાર વાલ ૪, થોરના પાંનનો રસ રૂ ૨) ભાર સુધી લેઈ, બધાને એકત્ર કરી પાવાથી બીજા ઉપાયોથી ન મટતી હોય તેવી ચુંક પણ અરધા કે એક કલાકમાં દરત થઇ બંધ થાય છે.

૨૩ મરી તથા સવાને ઘુંટી પાંણી કરી, ચોળી કપડે ગળી તેમાં હીકરીઓ ઉની કરી ઝબોળી તેમાં હીંગ મેલવી પીવાથી ચુંક મટે છે.

૨૪ ચોખ્ખા કળીચુનાને લીંબુના રસના સાત પૂટ આપવા તેને દરેક પૂટે છાંએ સુકવવો પછી તે ચુનામાં કાચ ફટકડી તથા હળદર એ બન્ને ચુનાના વજન જેટલાં મેળવવાં. અને બારીક ખલી તેમાં ગુંદરનું પાણી મેળવી ઘુંટી તેની ચણા જેવડી ગોળીઓ વાળવી. ચુંકના દરદીને એકી વખત બે ગોળીઓ આપવી તેથી ન મટે તો બબે કલાકને આંતરે ફરી આપવી. એમ ચાર વખત આપી શકાય છે.

૨૫ લસણ કળી રૂ ૫) ભાર, આમલ સારો ગધક શોધેલો રૂ ૨ા ભાર, સીંધવખાર રૂ ૫) ભાર, જીરૂ રૂ ૫) ભાર, લીંડીપીપર રૂ. ૫) ભાર, મરી રૂ. ૫) ભાર, લસણની કળી શીવાયની બીજો ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરવું. પછી લસણની કળી બારીક વાટી તેમાં મેળવી ઘુટવું. એ ચૂર્ણમાં જોઇતો લીંબુનો રસ મેળવી બોરજેવડી ગોળી કરવી. એ ગોળીયો આપવાથી અજીર્ણ, ચુંક કોલેરા, અનેઉલટી મટે છે.

૨૬ કબુતરની હગાર રૂ ૦ા થી રૂ ૦ાા ભાર સુધી પાણી સાથે ફકાવવાથી ગમે તેવી ચુંક મટે છે. એક સાધુએ અનુભવ કરી બતાવેલો ઉપાય છે.

મરી કલ્પ.

૧. મરી એઢાં સાથે સેવન કરવાથી ઉધરસ મટે.
૨. આંબળા સાથે લેવાથી પિત્ત જાય.
૩. પીપર સાથે લેવાથી વાયુ મટે.
૪. સુંઠ સાથે સેવન કરવાથી પ્રમેહ મટે.
૫. જીરા સાથે ખાયે રક્તપિત્ત જાય.
૬. દેવદાર સાથે લેપ કરે ભગંદર જાય.
૭. ટંકણખાર સાથે લેવાથી બરોળ વધેલી મટે.
૮. ઘોડાવજ સાથે મરી ઘશી લેપ કરવાથી વીંછીનો ડંખ ઉતરે.
૯. કરીઆતા સાથે લેવાથી કમળો જાય.
૧૦. સંચળ સાથે શેવન કરવાથી હડકાયા કુતરાનું ઝેર ઉતરે.
૧૧. પાંન સાથે શેવન કરવાથી ભુખ લાગે.
૧૨. ભાંગ સાથે શેવન કરવાથી લોહીવિકાર મટે.
૧૩. દારૂહળદર સાથે સેવન કરવાથી કમળો જાય.
૧૪. આરણીનાં રસ સાથે સેવન કરવાથી રક્તપિત્ત જાય.

૧૫. મરી ખાળી ભાગ સાથે સેવન કરવાથી કમળો જાય
૧૬. ભાગરાના રસસાથે સેવન કરવાથી અતીસાર મટે
૧૭ કાકડાસીગ સાથે સેવન કરવાથી કમળો જાય.
૧૮. અકલકરા સાથે લેવાથી રતજન થાય
૧૯. મુસળી સાથે લેવાથી પુષ્ટી થાય,
૨૦ કસ્તુરી સાથે મરી સેવન કરવાથી વધ્યત્વ મટે

ઘોડાચોળી ગુટીકા.

" રસ વિષ ગંધકને હરતાલ, ત્રિકટુ ત્રિફલા ટંકણખાર,
અજયપાલ ભાંગરારસ બાધે ગોલી, ચોસટ રોગહણે ઘોડાચોળી "

શુદ્ધ કરલો પારો, આમલસારો ગધક મોધેલો, હડતાલ સુદ્ધ કરેલી, સુંઠ, મરી, પીપર, હરડેદળ, બેહાની છાલ, આમલાની છાલ, ટંકણખાર ફુલાવેલો, એ સર્વે સમભાગ લેવા. સુદ્ધ કરેલો વછનાગ પણ ઉપરની ચીજના વજન બરાબર લેવો, એટલે, તોલા ૦। પા પ્રમાણે દરેક ચીજ લેવી નેપાળાની એરંડીયો નોના ૮ લેવી તેને તાજનજની ભાજીમા બાફવી. પછી તેને ફોડી તેમથી ગોળા કાઢવા તે ગોળા એરંડાની મીજ જેવા નીકળશે તેને ઉભા ચીરી બે ફાળો જુદી કરતા વચેથી જીભ નીકળશે, તે કાઢી નાખવી, પછી ચેલી મીજને બારીક કપડે બાધી તે પોટકી, દુધ શેર એમાં ડોલાયત્રમા ઉકાળવી દુધ બળી જાય જાડું થયા ગએથી પોટકી કાઢી લેઈ તેમાંની મીજ છાએ સુકવવી આમલસારા ગંધકને પારા શીવાયની વસાણાની ચીજોને ખાડી તેનુ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરવુ નેપાળાની મીજને બારીક ઘુટવી, તેને અલગ રાખવી પછી શુદ્ધ પારામા ભાગરાનો રસ મેળવી ઘુટવુ. પારો અદ્રષ્ય થાય ત્યા સુધી ઘુટવો પછી તેમા આમળસારો ગધક મેળવી ઘુટવી. તે પછી તેમા ઘુટેલી નેપાળાની મીજ અને વસ્ત્રગાળ કરેલુ ચૂર્ણ મેળવી ઘુટવું તેમા જોઇતો જલભાગરાનો રસ મેળવવો ગોળી વાળવા જેવુ થએથી તેની ગોળીઓ, એક ગ્રેન (ઘઉં ભાર)ની અને કેટલીક બબે કે ત્રણ ત્રણ ગ્રેન (ઘઉંભાર) ની વાળવી તે ગોળી વયના પ્રમાણે નીચેના અનુપાનથી આપવાથી ઘણી જાતના રોગો મટે છે

૧ ગરમ પાણીસાથે લેવાથી જુલાબ થાય છે

૨ અજમાના ભુકા તોલા ૦ા સાથે લેવાથી, શ્વાસ તથા હાફણુ મટે છે ઘડા પાણી સાથે ફાકવી

૩ અજમાનો ભુકો તોલો ૦ા, સુઠનો બારીક ભુકો ગ્રેન ૧૫, સાથે ગોળી થડા પાણીમાં લેતો ઝાડાની કબજીયત કરે.

૪-૫ ચેવલીપાન નગ ૫ સાથે ખાય તો ભુખ લાગે, કૌવત આપે જો વાયુ બધ થયો હોય, ભુખ બધ થઇ ગઈ હોય તો ચોખી હીંગ ચણાપુર વાટી તે સાથે ગરમ પાણીના અનુપાનથી આપે તો ઘણો ફાયદો કરે

૬ જો આમ મરડો તથા જળાસ પડવાને આજાર હોય તો દહી તોલા ૪ સાથે આપવી

૭ હરેક રોગ હોય તે જતો નહી હોય તથા નબળાઈ થઇ ગઇ હોય તો દુધ શેર બે અથવા અઢી સાથે સાકર નાંખી ગરમ કરી આપે તો ફાયદો થાય.

૮ મોળી છાશ શેર ૦| સાથે આપે તો જળંદર જાય.

૯ ગાયના ઘી શેર ૦| સાથે આપે તો મળ કઠીણ હોય.

૧૦ અરડુસાના રસ તોલા ૪ સાથે આપે તો ક્ષય અને દમ ઉપર ફાયદો કરે.

૧૧ ચેવળીપાંનમાં જરા ઇલાયચી તથા જાવંત્રી મુકી આ ગોળી ખાય તો સીતાંગ તથા શરદીને ફાયદો કરે.

૧૨ સાકર તોલા બે સાથે ગરમ પાંણી યુક્ત લે તો સરવે જાતના તાવ મટે.

૧૩ મરીનો ભુકો તોલા ૦| સાથે ગોલી ગરમ પાણીયુક્ત લે તો ગાંઠીયો વાયુ ને સંધીવાયુ મટે.

૧૪ જો શેકેલા ચણાને છોલી છોડા કાઢીનાંખી તોલો ૧ લે, તથા સાકર તોલો ૦|| તથા ગોળી ઠંડા પાંણીમાં લે તો સઘળી જાતના પિત્ત બલગમને દુર કરે,

૧૫ દહીં તોલા ૪, ગાંગડી મીઠું તોલો ૦|| અડધો, એ બે એકત્ર કરી તે સાથે ગોળી આપે તો અતીસાર મટે, ઝાડો બંધ થાય, લોહી પરૂ પડતું મટે.

૧૬ શુંઠ તોલો ૦|, ધાણા તોલો ૦|, ખાંડી તેના સાથે ટંકુ પાણી લેઇ ફાકે તો મરડો મટે, જળસ પડતા મટે.

૧૭ ઘીલોડીના પાનનો રસ તોલો ૦||, સાકર તોલો ૦| એમાં મેળવી ગોળી આપે તો પ્રમેહ મટે.

૧૮ સાકર તોલો ૦||, કાળી દ્રાખ તોલો ૧, એને વાટી તે સાથે લે તો ગળા- માંથી કે દાંતમાંથી લોહી પડતું હોય તો મટે, પિત્તને ફાયદો થાય.

૧૯ ખજુર તોલો ૦|||, મરી તોલો ૦|, સાથે, દિન ૩ ગોળી લે તો ઉધરસ તથા દમને ફાયદો કરે.

૨૦ ખાસડીયાં કેળાં સાથે આપે તો હરેક જાતનો પ્રમેહ મટે.

૨૧ ગળજીભીના રસ તોલા ૦||| સાથે લેવાથી લોહીવા મટે.

૨૨ બીજોરાના રસ તોલા ૧| સાથે દિન ૩ આપે તો હેડકી આવતી મટે, દમ હાંફણને પણ ફાયદો કરે.

૨૩ ગળજીભીનાં પાનનો રસ તોલો ૧| સાથે આપે તો પથરીને ઓગાળી બાહાર કાઢે.

૨૪ આદાનો રસ તોલો ૦||| સાથે આપે તો બળગમ તથા સેજાના આજારને ફાયદો કરે.

૨૫ સુરણ મીઠું તોલો ૧, બીલીનો ગરભ તોલો ૧, સાકર તોલો ૦|||, સર્વ એકત્ર વાટી તે સાથે આપે તો અર્શને ફાયદો કરે.

૨૬ સડકચોરા અથવા મરેડી ઝાડનાં ફુલસાથે સેવન કરવાથી ચિત્તભ્રમ વાયુ મટે.

૨૭ પીપર તોલા ૦| સાથે મધ કે સાકરના શીરા મેળવી તે સાથે લે તો શીતાંગ વાયુ મટી ગરમી આવે.

૨૮ કેવડાના મુળનો રસ તોલો ૦ા કાઢી તેસાથે આપે તો બદહજમીનુ દર્દ અતી સાર ગટે.

૨૯ સફેદ તલ તોલો ૦ાા સાથે આપેતો વાયુ મટે, તથા ગરમીની અકળામણ મટે.

૩૦ હળદર તોલો ૦ા તથા ખાંડ તોલો ૦ા સાથે આપે તો વાગ્યાની ચોટ તથા લોહીની ગાઠ તથા લોહીવિકાર જાય.

૩૧ કાંસકીના પાનનો રસ તોલા ૦ા સાથે આપે તો તરીઓતાવ તથા ચોથીઓ તાવ જાય.

૩૨ લસણની કળી તોલો ૦ા સાથે આપેતો વાયુની અકળામણ તથા વાયુને ફાયદો કરે

૩૩ તુળસીનાં પાન વાલ ૪ સાથે આપે તો વાયુનો ઝોલો તથા વાયુને ફાયદો કરે.

૩૪ ઘી તોલો ૦ાા તથા ગોળ તોલા ૦ાા સાથે આપેતો ચોરાશી જાતના વાયુને ફાયદો કરે.

૩૫ ગોળી ૪ પાણીમાં વાટી લેપ કરેતો માથું શરદીનું અથવા બળગમનું દુખતું મટે.

૩૬ કોનો રસ તોલો ૦ાા, સાકર તોલો ૦ા સાથે આપે તો કમળાને પેશાબ વાટે કાઢે.

૩૭ બકરના મુતરમાં ગોળી ૨ વાટી કાનમાં ટીપાં ૨ તથા ૩ મુકેતો કાન પાકતો હોયતે તથા તેમાં પરુ થયું હોય તો તેને સાફ કરી રુઝવે. એ ઓસડ રોજ મુકે અને ગરમ પાણીએ ધોઇને સાફ કરે.

૩૮ દાડમના ફુલના રસમાં ગોળી ૧ વાટી તેનો નાસ દે તો નાકમાં છોડ બંધાય નહી.

૩૯ કપુર ચીનાઇ વાલ ૧, તથા હીંગ વાલ ૧, તથા ગોથની જડની છાલ તોલો ૦ા, એ મરવને ગોળી ૭ વાટી તેના ટીપા ૪ અથવા ૫ કાનમા મુકે તો કાનખજુરો કાનમા ભરાઇ ગયેલો અંદર મરી જઇ બાહાર નીકળી પડે જો ઉપર આવેતો ચીમટા વતી કાઢવો.

૪૦ તાંજળજાની ભાજીનો રસ તોલા ૩ સાથે આપેતો ઉલટી વારમવાર આવતી હોય તો બંધ કરે.

૪૧ ગાયની છાશ શેર ૦ા, તથા હીંગ ફુલાવેલી ચણાપુર અને ગોળી લે તો પેટમાંના કરમ બાહાર પડે.

૪૨ મુલાના પાનના રસ શેર ૦ા સાથે આપે તો પિત્તવિકાર જાય.

૪૩ લવીંગ તોલો ૦ાા સંચળ તોલા ૦ા સાથે આપેતો બદહજમી સુંક ચાલતી હોય તથા વાયુનો ગોળો ચઢયો હોય, પેટ ચઢયું હોય, એ સર્વે વિકારને શાન્ત કરે.

ઉપર પ્રમાણે આ ગોળીના ફાયદાને અનુપાન એક પુરાતન ગ્રંથમાથી મળી આવ્યાં છે. તે લખે છે, કે" ગોળી સારી પેઠે અજમાવી છે, અગત્યની મુજરબ કામની છે." ઘોડાચોળી ગોળી આગળના વખતમાં ઘણા વૈદો વાપરતા હતા ઇન્ગ્રેજી દવાનો પ્રચાર થવાથી તેનો વાપર કમી થયો છે.

ઉદર રોગ (કૃમિવિકાર)

૧ આંબાની ગોટલીનું સેવન રાખવાથી કૃમી બાહાર નિકળી પડે છે.

૨ કારેલીના પાંનનો રસ ગરમ પાણી સાથે લેવાથી પેટના કરમ બાહાર નિકળે છે.

૩ કીડામારીના પંચાંગનો રસ અરધાથી બે તોલા સુધી શક્તિ પ્રમાણે પીવાથી કૃમી મરી જાય છે. પરંતુ પેટમાથી બાહાર નીકળતા નથી, માટે તે ઉપર જુલાબ લેવો જોઇએ, અથવા તો તેનો કાઢો પાવો જોઇએ.

૪ કૌવચની શીંગના કાંટાને છરીથી ખેરવી લેવા શીંગને સાંણુસીવતી પકડવી કે ખજુરી લાગે નહિ તે ખજુરી દહીં કીંવા દુધમાં મેળવી પાવી. પાતા અવલ થોડું ઘી ખવરાવી પછી પાવું, કે કૌવચની ખજુરી ગળાને લાગે નહી. ગોળમાં ગોળી કરીને પણ અપાય છે. પરંતુ તેથી ગળામાં ખજુરી લાગવાનો સંભવ છે. ચાર વરસના બાળકને એક શીંગની ખજુરી આપી શકાય છે. ત્રણ દીવસ એ દવા આપ્યા પછી ચોથે દીવસે જુલાબ એરંડીયા તેલનો આપવાથી કૃમી બહાર પડે છે. બાળકને પણ એરંડ તેલનો જુલાબ આપવો જોઇએ. કૌવચની ખજુરી ખેરવી પાડતી વખતે ઘણી સંભાળ રાખવાની છે બની શકે તો લીલી શીંગ લેવી. સુકી મળે તો સુકી લેઇ તેને સાંણુશીથી પકડી છરીવતી ખેરવી પાડવી, કે પવનથી ઉડી શરીરને લાગે નહી.

૫ નસોતર ચકતાવાળો, પિત્તપાપડો, કરમાણી અજમો, કંપીલો, વાવડીંગ, ગોળ, એ વસ્તુનો કલ્ક કરી છાશમાં પીવાથી કૃમીરોગ દુર થાય છે.

૬ પરોળનાં પાંદડાં એક તોલો, તથા ધાંણા એક તોલો, એ બન્નેને રાતે ટાંડા પાણીમાં પલાળી રાખી સવારે મધ નાંખી પીવાથી કૃમીનો નાશ થાય છે.

૭ પોપૈયા (એરંડકાકડી)નું દુધ અરધો તોલો એરંડીયા તેલમાં પાવામાં આવે તો કૃમી મરી જાય છે, ને જુલાબ વાટે બાહાર નિકળે છે.

૮ ભીલામાને ગાયના છાંણમાં ઉકાળી ધોઈ સાફ કરી પછી ભીલામાના સમભાગે સુંઠ, મરી, પીપર, હરડાં, બેહાં, આમળાં અને તલનું ચૂર્ણ મેળવી બારીક કરવું, તે ચૂરણ આશરે એક વાલ મધ સાથે લેવાથી કૃમીરોગનો નાશ થાય છે.

૯ લીમડાની અંતરછાલ, કડાછાલ, વાવડીંગ, અને હીંગ એનું ચૂરણ મધમાં ચાટવાથી કૃમી રોગ મટે છે.

૧૦ લીમડાના પાનને વાટી તેનો કલ્ક કરી ખાવાથી પિત્ત અને કફથી થએલા કૃમીનો નાશ થાય છે.

૧૧ વાવડીંગ, કંપીલો, અને શુંઠનો કાઢો પીવાથી કૃમીનો નાશ થાય છે. એ કાઢો ત્રણ દિવસ પાયા પછી જુલાબ આપવો જોઇએ જુલાબમાં એરંડીયું તેલ પીવામાં આવે તો પણ ચાલી શકે.

૧૨ અને નાનસા ફળનું સેવન કરવાથી કૃમી રોગનો નાશ થાય છે.

૧૩ હરડેદળ, બેઢાં, આમળાં, તેલીઓ દેવદાર, મોથ, ઉંદરકાની, અને સરગવા છાલ, એનો કાઢો કરી તેમાં લીંડીપીપરને વાવડીંગનું ચૂરણ મેળવી પીવાથી કૃમી વિકાર મટે છે.

૧૪ બકાળ લીમડાના પાનનો રસ પીવાથી કૃમી રોગ મટે છે.

અન્યમત.

૫૩ પારાનુમર્દન (અન્યમતથી) પારો છટાંક સુરણુ હવરરનુ સુરણુ ધ્રુપસર શ્રીફળા સુઠ મરી પીપર અને ચીત્રકમા સાત દીવસ મર્દન કરવો

૫૪ પારાનુ મર્દન—પાગે વાવડીંગ વછનાગ રૂદ્રવંતી કડુ વૃંદાવન એનુ વસ્ત્રગાળ સુરણુ લેઇ તેમા સાત દીવસ મર્દન કરવો

૫૫ સ્વેદન—પચલવણુ ત્રણક્ષાર હીંગ તાસ્રચુર્ણ એક ભાગ એને આમ્લ વર્ગની ભાવના આપવી અને તેનો ગોળો કરી તેમા પારો મુકી નિર્મળ વસ્ત્રમા બાંધી દોલાયંત્રમા સાત દિવસ પચન કરવો તેમજ ગોમુત્રમા અને બકરીના મુત્રમા સાત સાત વખત નીર નીરાળો પચન કરવો અને ઊના પાણીથી ધોવો.

૫૬ ઉત્થાપન—પારાના માપમા ઊસ ગંધક મેળવી કુવારના રસમા ખલ કરવો અને ઊર્ધ્વપાતન કરવુ અને ઊના પાણીમા ધોવો એટલે તેને મુખ કરવા યોગ્ય સ્વચ્છ થાય છે

૫૭ દડાહત—ગાગર ભરેલા બકરીના મુતરમા પારો મુકી દીપાગ્ની આપવો અને ખેરના લાકડાથી ચાલન કરવો અને શાવકાશ પચન કરવો એ પ્રમાણે ત્રણ વખત કરી ઉષ્ણોદકથી ધોવો એટને સ્ફટીક સરખો ધોળો અને નીર્મળ થાય છે

૫૮ મુર્છના પારો પચપદાલવણુ ફટકડી અને ગેરૂ એથે આકડાના પાકા પાંનના રસથી સાત દીવસ ઘુટી થાળી મધ્યે શોધ કરી આઠ પહોર મંદાગ્ની આપવા એટલે પારો મુર્છીત થઇ ઉત્તમ પીષ્ટ થાય છે

૫૯ મુર્છના પારો—મીધવ ફટકડી ગેરૂ એ સમાન લેઈ ખાટી કાંજીમા ખલ કરી ડમરૂયંત્રમા મુકી ચાર પહોર અગ્નિ આપવો એટલે ઊપલા વાસણમા મુર્છીત પારાનુ પીષ્ટ ચોટશે

૬૦ અથ અન્યમતે શોધન પારદ પરીક્ષા—જે પારો અંદર લાલ અને મધ્યાન્હના સૂર્ય સરખો ધુમ્રવર્ણ અને મંદેદ એ રસ કર્મમા યોજવો અને ચિત્રવર્ણ હોય છે તે કદી લેવો નહી

૬૧ પારદ ગુટી સખ પુસ્પી ને અઘેડાના મુળના રસમા મર્દન કરવી અને તે લુગદીની મુશ કરી તેમા પારો ઘાલવો અને પાચ ટાંક કોયલાના અગની ઊપર મુકવી. આ પ્રમાણે કરવાથી પારો ઘટ થઇ ગોળી બંધાય છે તે મોઢામા રાખવાથી મુખ રોગ નાશ પામે છે. અને શરીરમા ચઢાવવાથી જરા મરણ અને શસ્ત્રનો સ્તંભ કરે છે અને કામોત્પાદન કરી તારુણ્ય આપે છે એમાં સંશય નથી

૬૨ રસ સીંદુર કરવાની રીત—શુદ્ધ પારો એક ભાગ, શુદ્ધ ગંધક અડધો ભાગ, એની કજલી કરી એક દિવસ ઘુટવું અને સાત કાપડ કરેલી કાચ કુપટમા પેસી કજલી ઘાલી, અને વેલુકા યંત્રમા ચાર દિવસ અગ્નિ આપવો. ટાઢુ થએ શીશીના મોંઢે ચોટેલો પારો (રસ સીંદુર) લેવુ

૬૩ પારાની ભસ્મ કરવાની રીત ખરાસો (ધુમાસ), પારો, ફટકડી, ગંધક, નવસાર, એ પાચ ઓસડો સમ ભાગ લેઇ, લીંબુરસમા એક પહોર ખલ કરી, કાચ કુપીમા

ઘાલી, તેને કાપડ માટીનો લેપ કરી, શીશીના મ્હોંને મુદ્રા કરવી. પછી સુકવી માટીનું મોટું માટલું લેઇ, તેના તલીએ દાતણ જાય તેવું છિદ્ર પાડી તેમાં પેલી કુપી મુકી, વેળુ ગળા સુધી ભરવી. શીશીના ગળા સુધી ભરવી. અને કુપીની નળી ખુલી રાખવી. આ યંત્રને "વાળુકા યંત્ર" એવું કહે છે. પછી તેને ચુલે ચઢાવી તળે હલકો અગ્નિ કરવો, ને તે પછી તેથી વધારે કરવો. આ પ્રમાણે ક્રમે કરી બાર પહોર સુધી અગ્નિ આપવો પછી શીત થએ કુપી બાહાર કાઢી યુક્તિથી ફોડી. તેના મોંઢાને ચોંટેલો ગંધક કાઢી નાંખી નીચે પારાની ભસ્મ રહેશે તે લેઇ ઉપયોગમાં લેવી.

૬૪ અંઘેડાના બીજ લાવી બારીક વાટી તેની બે મુશો કરવી. પછી દ્રોણ પુષ્પીનાં ફુલ, વાવડીંગ, ખેરની છાલ, એ ત્રણ ઔષધનું ચુરણ કરી. તે એક મુશમાં અરધું ચુરણ ઘાલી તેના ઉપર પારો મુકી તેના ઊપર કાળા ઉમરાનું (ઉમરડા) દુધ મુકી, ઊપર બાકીનું ચુરણ મુકવું. પછી બીજી મુશ તે ઊપર ઊંધી ઢાંકી સંધી સારો બેસારી ગોળો કરી માટીના સરાવ સંપુટમાં મુકી કાપડ માટી કરી સુકવી અડાયાં છાંણાંનો ગજપુટ અગ્નિ આપવો. આ એક પુટથીજ પારાની ભસ્મ થશે.

૬૫ પારા ભસ્મ કરવાની વિધિ–કાળા ઊમયડાનો ચીક લાવી, તેમાં પારાનો થોડો ખલ કરી પછી તે ઊમયડાના ચીકમાં થોડી હીંગ મેલવવી તેને વાટી બે મુષો તૈયાર કરવી તેમાંથી એક મુષમાં પેલો પારો ઘાલી બીજી હીંગવાળી મુષ ઉંધી પાડી સારા સાંધા મેળવી ગોળો કરી માટીના સરાવ સંપુટમાં ઘાલી સાત કાપડ કરી રાંન ગોવરાનો હલકો અગ્નિ આપવો તેથી પારાની ભસ્મ થશે.

૬૬ પારાની ભસ્મ કરવાની રીત–નાગરવેલના પાંનના રસમાં પારાને ખલ કરી કરટ વલીનો કાંદો (કર્કોટીકંદ) લાવી એક નાંની અને એક મોટી એવી ચકતીઓ કરી તેમાં મોટી ચકતીને કોરી, તેમાં પારો મુકી તેના ઊપર પેલો કોરેલો ભુકો દાબી તેના ઊપર બીજી ચકતી બેસારી સંધી મેલવી કાપડ માટી કરી અડાયાં છાંણાંનો હલકો અગ્નિ આપવો તેથી પારાની ભસ્મ થશે.

૬૭ રસ સીંદુર કરવાની રીત–પારો દુધીના રસમાં એક દિવસ સરખો ખલ કરવો પછી કાવલીના રસમાં ઘુંટવો એટલે તેના દોષ જાય છે. તે પારો દસટાંક, ગંધક દસટાંક, અને નવસાર અઢી ટાંક, એ પ્રમાણે લેઇ કજ્જલી કરી કાચ કુંપીમાં મુકી સાત કાપડ કરવી અને તેનું મ્હોં બંધ કરવું. પછી વાલુકાયંત્રમાં મુકી પારાને આઠ પહોર પચન કરવો, તેથી તે સાક્ષાત તરૂણ સૂર્યના જેવા અરૂણ રંગનો થાય છે. પ્રવાલ સરખા રંગનો સંપૂર્ણ કાર્ય કરનારો, મનુષ્યને અત્યંત દુર્લભ એવું રસ સીંદુર લેવું તેમાંથી પાંચ ચનોઠીપુર ભરી સાથે આપવું. એટલે તે અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરે છે. અને કામોદ્દીપન કરે છે, આના સંયોગથી સર્વે જાતના તાવ જાય છે, સરવે રોગપણ જાય છે, અને આને જેજે રોગ ઊપર આપવામાં આવે છે, તે રોગનો આ રસરાજ નાશ કરે છે.

૬૮ રસસીંદુર કરવાની રીત–સુદ્ધ પારો પાંચપલ, સુદ્ધ ગંધક પાંચપલ, અને નવસાર બે તોલા, અને તુરટી (ફટકડી) એક તોલો, એની કજ્જલી કરી કાચકુપીમાં ભરવી અને વાલુકાયંત્રમાં ત્રણ દિવસ પચન કરવો અને શીત થએ અરૂણ વર્ણ રસસીંદુર કાઢી લેવું.

૬૯ રસસીંદુર કરવાની રીત-સાતવા માત કાપડ કરેલી કાચકુંપી લેઇ તેમા પારો, ગંધક, સમભાગ અને નવસાર ચતુરથાઉંસ, એની કજલી કરી ભરવી અને તેને વાલુકા યંત્રમા મુકી બાર પહોરનો અગ્નિ આપવો અને સીત થએ કેસરના રંગ સ ખુ રસસીંદુર કાઢી લેવુ. આ પકવતી વખતે શીશીના મોઢાને નવસાર બંધ કરે છે માટે તેના મોઢામા સલાકા ઘાલી છુટુ કરવુ. એ પ્રમાણે જેટલીવાર તેને પાચન કરવામા આવે તેટલો એનો ગુણ જાસ્તી થાય છે.

૭૦ રસસીંદુર બનાવવાની કૃતિ-પારો એક ભાગ, ગંધક બે ભાગ, એની કજલી કરી કાચકુપીમા ભરવી અને વેલુકાયંત્રમા કુપી મુકી તેના મ્હો સુધી ઘટઠર ભરવી અને સત્તાવીસ પહોર સુધી અગ્નિ આપવો પછી ઉપર પારો આવ્યો હશે જાણી કાઢવી અને તે કુપીમાથી હંસપાક સરખો રસ કાઢી લેવો આ બે ગુંજ દુધસાકર સાથે આપવો તેથી પ્રમેહ, શ્વાસ, કાશ, શઢત્વ, અને અલ્પ વીર્ય મટે છે આ "હર ગૌરીરસ" સંપુર્ણ રોગનો નાશ કરે છે

૭૧ રસસીંદુર બનાવવાની રીત-પારો એક ભાગ, ગંધક બે ભાગ એની કજલી કરી તેને કાચકુપીમા મુકી અને કુપીને નવમાત કાપડ કરવા અને તે કુપી વાલુકાયંત્રમા મુકી તેના મોઢા ઉપર મુદ્રા કરવી અને બત્રીસ પહોર અગ્નિ આપવો. સીત થએ કાઢી લેવો. આ રસસીંદુર ભાસ્કરે નિર્માણ કર્યુ છે આ નાગરવેલના પાન સાથે બે ગુંજ આપવુ

૭૨ રસસીંદુર બનાવવાની રીત-પારો ત્રણ ભાગ, ગંધક એક ભાગ, સીસુ એક માસો, એ સર્વેની કજલી કરી કાચકુપીમા ભરવી, અને માત કાપડ કરી તે કુપીનું મ્હો બંધ કરવુ અને વાલુકાયંત્રમા મુકી ક્રમાગ્નિથી ત્રણ દિવસ પચન કરવી. સીત થયા પછી જાસવંદીના ફુલ સરખી લાલપારાની ભસ્મ લેઇ સંપૂર્ણ રોગ ઉપર અનુપાન યોજી વાલભર આપવી તેથી સંપૂર્ણ રોગ નાશ કરે છે. શરીર બલવાન કરે છે અને શુક્ર ઉત્પન્ન કરે છે આને રસસીંદુર કહે છે.

૭૩ રસસીંદુર બનાવવાની રીત-હિંગલોકમાથી કાઢેલો પારો એક ભાગ અને ગંધક છ ભાગ લેઇ તેની કજલી કરવી અને કુવારના રસમા મર્દન કરવી અને સુકાએથી કાચકુપીમાં ભરી માત કાપડ કરી માત અહો રાત્ર અગ્નિ આપવો. સીત થએ કાઢી લેવુ આ રસ સીંદુર એક વાલ મધ સાથે આપવુ તેથી સ્તંભન દઢવૃદ્ધી, બલ, તેજ, વીર્યવૃદ્ધી, પુષ્ટત્વ, અને પુષ્ટી કરે છે વળી મત્ત થએલા હાથીની પેઠે જોર આપે છે, અને મઢત્વ વંધ્યત્વ અને મન્યાગ પ્રસાદી રોગનો નાશ કરે છે. આને લેનારો એક દિવસમા સભાગ (સો) સ્ત્રીઓ સાથે વિહાર કરી શકે છે અને મનને આનંદ આપે છે આ પાચસે છસે વ્યાધિનો નાશ કરે છે આ "ષડ ગુણ ગંધક" જીર્ણ રસસીંદુર વિશ્વામિત્રે ઉત્પન્ન કર્યુ છે

૭૪ રસસીંદુર બનાવવાની રીત શુદ્ધ પારો એક ભાગ, ગંધક એક ભાગ, એની કજલી કરવી અને સાત માત કાપડ કરેલી કાચકુપીમા મુકી વાલુકાયંત્રમા સોળ પ્હોરનો અગ્નિ આપવો કુંપીનુ મોઢુ સલાકાથી છુટુ કરતા જવુ. ટાઢુ થએથી માણેક સરખો પારો લેવો તેને ફરી ગંધક મેળવી ફરી અગ્નિ આપવો એ પ્રમાણે સોળ વખત પચન કરવો એટલે પારાની ભસ્મ થશે. એ સર્વ રોગ નાશ કરે છે, અને સિદ્ધિ આપે છે

મંદાગ્નિ રાખવો, એટલે મીઠા જેવી ભસ્મ થશે તે વાલમાત્ર ભસ્મ રોગોક્ત અનુપાનથી આપવી એટલે રોગનાશ કરશે, બલવીર્યને પુષ્ટી આપશે, અને ક્ષુધા પ્રદીપ્ત કરશે.

૯૪ પારાની ભસ્મ કરવાની રીત—પારામાં ફટકડી, સીંધવ, અંઘેડાનાં મુળ, એ પદાર્થ ક્રમ વૃદ્ધિથી લેઇ ચતુર્થાંઊસ કાંજી મેલવી ઘુંટવું એટલે બદ્ધ થાય છે. પછી ડમરૂ યંત્રમાં ચુલા ઊપર મુકી અહો રાત્ર હલકો અગ્નિ આપવો એટલે ઊપરના માટલાને કપુર સરખી ભસ્મ ચોટશે તે લેઇ લેવી, ને સર્વ રોગ ઊપર આપવી અને વાજીકરણ યોગથી સંપૂર્ણ કાર્ય કરશે. અને કાન્તિ તથા પુષ્ટીને આપશે. નીરંતર સેવન કરવું. આ "સિદ્ધ મુખરસ"થી બીજું રસાયન ઊત્તમ નથી.

૯૫ પારદ ભસ્મ કરવાની રીત—મીઠાની મુષ કરી તેમાં હીંગની મુષ વછનાગનું પાંણી નાંખી કરેલી મુકવી, તેમાં પારો મુકવો અને તેને મીઠું ભરેલા હાંલ્લામાં મુકવી અને તેને મોઢા સુધી મીઠું ભરવુ અને તેના ઊપર હાંલ્લું બીજું ઊંધું પાંહવું અને સંધી-લેપ કરી અગ્નિ આપવો. એ પ્રમાણે એકવીસ વખત પટ આપી પછી તે ભસ્મને કલે-ડામાં નાંખી તળે ચાર પહોર અગ્નિ કરવો અને તેના ઉપર એકવીસ વખત વછનાગને પાંણીમાં કાલવી તેના ટુવા દેવા, એટલે ભસ્મ થશે. તે ભસ્મ તલમાત્ર સર્વ રોગ ઊપર આપવી. અને સંગ્રણી, શુલ, મંદાગ્નિ, ઉદર ઉપર આપવી, તેથી બહુજ ક્ષુધા ઊત્પન્ન થશે. આ વાડવરસથી દાહ થાય તો ઊપર સીતોપચાર કરવો.

૯૬ પાદર ભસ્મ કરવાની રીત—એકવીસ પલ પારો લેઇ ધંતુરાના તેલમાં એકવીસ દિવસ ખલ કરવો પછી દેવડાંગરીના રસની પંચાસભાવનાઓ આપવી. પછી તેમાં એક પલ વછનાગ નાંખી સારીપેઠે ઘુંટવો પછી ડમરૂયંત્રમાં મુકવો. ઉપલું વાસણ લોઢાનું જોઇએ, તેને કપડ માટી કરી ચુલા ઉપર તે ઊપર જલપટ રાખવું અને નીચે પંદર દિવસ અગ્નિ આપવો. ટાઢું પડે ઊપરના વાસણને ચોટેલો પારો લેવો. આ એક વાલ આપવાથી પાંન્ડુ, કમલો, મોહ, સંપૂર્ણજ્વર, અને સર્વ રોગનો નાશ કરશે, દેહ સિદ્ધિ અને કામ સિદ્ધિ કરશે અને સ્ત્રીને પ્રાણવલ્લભ થશે.

૯૭ પારાની ઊત્તમમાં ઊત્તમ ભસ્મ બનાવવાની રીત—સુદ્ધ પારો બત્રીસ તોલા સુધ વછનાગ સોલ તોલા, એ બંનેને એકત્ર કરી ધંતુરાનું તેલ, લાલ કપાસનો રસ, નાગર-મોથનાં મૂળ, થોર, દેવડાંગરી, ચીત્રક, ચીકણા સુલ, ચાંદવેલ, રોહીશ ઘાસ, ભદ્રમોથ, કુંવાડીયો, ઝેરકચોલાં, બ્રંહ્મદંડી, મુગસવેલ, સરપંખો, કડુ બોપલો, શીવલીંગી, કંદબોર-નો કંદ, ભોંયકહોલુ, હરિપ્રિયા, હસ્તી સુંઢાં, ગુડીચીકંદ, કુમારીકંદ, વારાહીકંદ, પડવલ, ટાકલા, કારલી, આકડો, કેળ, ચનોઠી, નીરગુંડી, સહદેવી, કલલાલી, થોરસ્વેત, કારલી-ગોખરૂ, જાયલાજાલુ, કાંડવેલ, ઊંદરકાંની, હંસપાદી, જલભંગરો, ગીધારી નીવડુંગ, બ્રાહ્મી, ભોંય આંબલી, નાગવેલ તુલસી, સતાવરી, ધંતુરો, લઘુ વંદ્રાવન, કનેર ધોલી, અંકોલ ચીત્રક, મોટી સમડી, ધુસ, ગોકરણી, ગલજીભી, ભાટજાંબુડી, ગોપાલ કરકટી, એ પ્રત્યેક વનસ્પતીની સાત સાત ભાવના આપવી. ગોલો કરી ડમરૂ યંત્રમાં મુકવો તે ડમરૂયંત્રના મસ્તકનું પાત્ર લોઢાનું જોઇએ. તેને માત કાપડ કરી તે યંત્રના નીચે અગ્નિ આપવો, અને ઊપર પાણીની ધાર ધરવી. આ બદ્ધ પારો "સોમનાથ રસ" થાય છે. આ ટાઢો

થએ ઊતારી કુમારીકા, ભૈવર, ઇષ્ટદેવતા, ધન્વંતરી, ગણપતી, એમની પુજા કરી અર્ધ-ગુંજ ગુરૂસ્મરણ કરી લેવી. તેથી સંપૂર્ણ વ્યાધી અને ઘડપણથી મુક્ત થાય છે. વાજીકરણમાં બહુ સારી થાય છે, દેહની અને લોહીની સિદ્ધિ કરે છે. વાયુસરખો પરાક્રમી થાય છે, અને કાંન્તિ અને વીર્યને આપે છે. સંભર સ્ત્રીઓ ભોગવે છે, બુદ્ધિ, જ્ઞાન, ધારણા, અને આયુષની વૃદ્ધિ થાય છે. આ પારો રસવેધી થાય છે.

૯૮ પારદ ભસ્મ શુદ્ધ પારો અને સીંધવ સમભાગ, અને અરધો ભાગ સ્વમલ ચતુર્થાંઉસ વછનાગ, હીંગ, ફટકડી, ગેરૂ, અને મીઠું એ સમભાગ લેઈ તેમાં કાંજી ઘાલી પુટ આપવો પછી વંદ્રાવનનો પુટ આપી ડમરૂયંત્રમાં આઠ પહોર અગ્નિલગાડી સ્વાગસીત થએ ઊર્ધ્વ થાલીને ચોટેલી ભસ્મ કાઢીલેવી અને સર્વ રોગ ઉપર યોજવી. એ ક્ષુધા પુષ્ટી અને કામને વધારે છે. એનું આપવાનું પ્રમાણ એગુંજ સમજવું.

૯૯ પારદ ભસ્મ કરવાની રીત—શુદ્ધ પારો એક ભાગ, વછનાગ ચતુરર્થાઉસ, ગંધક અષ્ટમાંસ, એકત્ર કરી લીંબુ રસમાં ખલ કરવો. સુકાયા, પછી થોરના દુધના ત્રણ પટ આપવા. પછી આકડાના દુધના પુટ પારો ઘટ થતાસુધી આપવા અને થાળીમાં મીઠું ભરી તેમાં પેલા પારાનો ગોળો મુકી ઊપર મ્હોંસુધી મીઠું ભરવું અને ઊપર બીજી થાળી ઢાંકી પાટી સંધીલેપ કરી ચુલાઉપર ચાર પહોર અગ્નિ આપવો. શીત થયા પછી શુદ્ધ સરખો સફેદ ઊપરના ઢાંકણને લાગેલા પારાની ભસ્મ કાઢી લેવી. તે યોગવાહી છે. સર્વ રોગ ઉપર આપવી.

૧૦૦ પારા ભસ્મ કરવાની રીત—સર્પના ગરલમાં પારાને સાત ભાવના આપવી અને તે મહાદેવે કહેલા જલયંત્રમા મુકી બાર પહોર સુધી તે યંત્રને અગ્નિ આપવો અને નીચે ટાઢું પાણી રાખવું એટલે આ રસ તૈયાર થાય છે. આ તાબા ઉપર અરધગુંજ આપવાથી તામ્રનો વેધ કરે છે. આને ભક્ષણ કરનાર સો સ્ત્રીઓ ભોગવે છે. આ તલમાત્ર આપવાથી સર્વ રોગનો નાશ કરે છે.

૧૦૧ પારાની ભસ્મ કરવાની રીત—લોહપાત્રમા પારો અને નીચે ગંધક મુકી તે નીચે બાર પહોર અગ્નિ કરવો, અને તે ઉપર વારંવાર થોર અને આકડાનું દુધ નાંખતા જવું અને ખેરના લાકડાના ઘુંટાથી ઘુંટતા જવું. એટલે ભસ્મ થશે. તે એક ગુંજરોગોક્ત અનુપાનથી આપવી. આ ભસ્મ રસાયન કાન્તિ, પુષ્ટી, બલ, વીર્ય અને અગ્નિને વધારે છે.

૧૦૨ પારા ભસ્મ કરવાની રીત—કેળના કંદમાં પારો ઘાલવો, અને તેમાં પારાના નીચે ચપલ ધાતુ આઠ વાલ મુકવી, અને તે કાંધાને માતકાપડ કરી, વાલુકાયંત્રમાં ચાર પહોર સુધી અગ્નિ આપવો. એ પ્રમાણે ત્રણ પુટ આપવા પછી, ગોપાલ કાકડી, હેમગર્મા, અને ટંકણખાર, એકત્ર કરી મર્દન કરીને તે પારો તેની મુષમાં ઘાલી બાર પહોર સુધી પકાવવો. પછી તે પારો ગંધક અને વીષ્ટા એ સમાન ખલી થોર આકડાના દુધમાં ખલી મુષમાં ઘાલી સાત કાપડ કરીબાર પહોર અગ્નિ આપવો સ્વાંગ સીત થએથી કાઢી ગંધકના તેલમાં બે ઘડી પચન કરવો. આ શુદ્ધરસ દેવદૈત્યને પણ દુર્લભ છે. કીંવા સર્પના ગરલમાં પારાને ખલી અષ્ટલોહ જીર્ણ કરવી આ પારો ગુરૂપ્રસાદથી અને વાદવેદકથી સીધ થાયછે.

૧૦૩ પારાની ભસ્મ કરવાની રીત—શુદ્ધ પારો એક ભાગ, ગંધક બે ભાગ, ફટકડી ત્રણ ભાગ, સીંધવ ત્રણ, સ્વમલ ચાર વછનાગ અને કપુર પારાના નીમે એ સર્વને ખલમાં

ઘણા યત્નપૂર્વક કાચની શીશીને ત્રણ વાર લેપન કરવું ને સુકાવવું. પછી કાચની શીશીમાં પેલી કજલી નાંખવી, અને એ શીશીને વાલુકાયંત્રમાં મુકી ચાર અહોરાત્ર સુધી અખંડીત અગ્નિ દેવો. પછી શીશીના ઉપરના ભાગમાં લાગી રહેલા સીંદુર જેવા પારાને લઇ લેવો. એ પારો રસસીંદુર કહેવાય છે.

૧૧૯ મારેલા મૂર્છિત પારાના ગુણ—પારો કૃમીને તથા કોઢને હણનાર છે, જય આપનાર છે, નેત્રને સારાં કરનાર છે, દસ્ત ઊતારનાર છે, મૃત્યુને હરનાર છે, ઘણી શક્તિવાળો છે, સંસર્ગી પદાર્થોના ગુણોને ગ્રહણ કરનાર છે, જ્વરને મટાડનાર છે, સ્મૃતિ અને ઓજને તથા રૂપને આપનાર છે, કામી પુરૂષને ગુણકારી છે, વૃદ્ધિ આપનાર છે, ધાતુને વધારનાર છે, નપુંશકપણાનો નાશકરનાર છે, આકાશમાં ફરવાની ગતિ આપનાર છે, વીર છે, અત્યંત સિદ્ધિ આપનાર છે. "**રસામૃત**" નામના ગ્રંથમાં કહ્યું છે કે પારો સઘળા રોગોને નાશ કરનાર છે, છ રસવાલો છે, ને સઘળા સંસર્ગી પદાર્થોના ગુણોને ગ્રહણ કરનાર છે. પારો પંચભૂ મય કહેવાય છે, તેથી પાંચે ભૂતોના ગુણોના સમુહો તેમાં રહ્યા છે. જે રોગોનો જે ઉપાય છે, તેની સાથે પારાનો ઊપયોગ કરવામાં આવે તો, પારો મનુષ્યોના, હાથીઓના, અને ઘોડાઓના રોગને મટાડે છે.

૧૨૦ રસ સીંદુરની વિધિ—એને "હરગોરીરસ" પણ કહે છે. પ્રથમ પારાને શોધીને ખલમાં નાખી હલદર, ઇંટ, ધુમાસ, અને લીંબુના રસમાં ત્રણ દિવસ ખલ કરે, ત્યારે એની સાતે કાચલી દુર થાય. પછી ગીફળા, કાંજી, ચીત્રક, કુવરનું પાઠું, સુંઠ, મરી, પીપરમાં ત્રણ દિવસ ખલ કરવો. પછી લસણના રસમાં દિન ત્રણ ખલ કરે પછી જંબીરીના રસમાં દિન ત્રણ ખલ કરે પછી હાંલ્લામાં મુકી ઉપર બીજા હાંલ્લાનું મોં જોડી પછી સંધી બંધ કરી કપડમાટી કરી ચુલા ઉપર ચઢાવે, અને ઉપરના હાંલ્લાના તળીયા ઉપર ભીનું લુગડું રાખી નીચે અગ્નિ બાળે ત્યારે એ પારો ઉપરના હાલ્લાના તળીએ જઇ ચોટે. પછી પારાને કાઢી લે અથવા હીંગળોકની વિધિથી પારો કાઢી લેઈ તેને વાંઝણી કકોડીના રસમાં ખલ કરે. પછી હાંલ્લામાં વાંઝણી કકોડીનો રસ નાંખી એ રસમાં આ વસ્તુઓ ફરી નાખે. સરપંખાનું મૂળ ને સુરણનો રસ, તથા ભાંગનનો રસ, સાંભર-લુણ, સીંધવખાર, અને કાંજી એ સરવે વસ્તુઓ બરાબર હાંલ્લામાં નાંખ્યા પછી તેમાં દોલા-યંત્ર કરી કપડામાં પારો બાંધી ચાર પહોર પકવી લે ત્યારે એ પારો શુદ્ધ થાય. ઇતિ પારો શુદ્ધ કરવાની વિધિ.

૧૨૧ રસસીંદુર બનાવવાની રીત—હજાર લીંબુના રસમાં, સુઠ, મરી, પીપર, રાઇ, સામરલુણ, ચીત્રક, હીંગ, એ સર્વે ઓસડો નાંખી દિન ૨૧ સુધી આ રસમાં પારાને ખલ કરવો, ત્યારે એ પારો સુધ્ધ થાય. ઇતિ પારા શુદ્ધિ. પછી એ શોધેલો પારો તોલા વીસ લે, અને શોધેલો આમલસારો ગંધક તોલા વીસ લે, નવસાર ટાંક ૨ ફટકડી ટાંક ૨ લે, પછી સર્વેને દિન ૨ ખલવા. પછી આગનશીશીને કપડ માટી સાત દેઇ, એ સીસીમાં ઓસડો ભરી, પછી શીશીનું મ્હોં બંધ કરી, વાલુકા યંત્રમાં શીશીને મુકી, તેને ભઠ્ઠી ઉપર ચઢાવી, નીચે ક્રમથી મંદ, મધ્મ, અને સખ્ત અગ્નિ બાળે એવી તરેહ બત્રીસ પહોરનો અગ્નિ દીધા પછી સ્વાંગ સીતલ થએ વાલુકાયંત્રમાંથી શીશીને કાઢે. પછી શીશીમાંથી એ રસ સીંદુરને કાઢી રતી એક નિત્ય પાનની સાથે ખાય, અને પથ્યથી રહે તો સઘળા રોગોને જુદા જુદા અનુપાનથી દુર કરે છે ને ભુખ લગાડે છે તથા શરીરને પુષ્ટ કરે છે.

REGISTERED No B 778

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાની નૂતન શોધખોળોના
ઉત્તમ રહસ્યોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતું લોકપ્રિય વૈદ્યકીય માસિક.

ધન્વંતરી.

DHANVANTARI

દરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.] ઑક્ટોબર, ૧૯૧૦ અંક ૧૦ મો

સદ્ગત તંત્રી—ડૉ. મંજુલાલ ભોગીલાલ કંથારીઆકર.
એમ સી પી એમ, એમ બી એચ બી (કલકત્તા)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મસીના માલેક,
ભોગીલાલ ત્રીકમલાલ વકીલ.
વીસનગર—ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોસ્ટેજ સાથે અગાઉથી ૩—૦—૦ છુટી નકલના ૦—૩—૦

સોરઠો

મોજ મજાહમા રોજ, રહેવુ હોય જો ધીનરી
ખોજ સહિત પ્રતિરોજ, તો વાંચો "ધન્વંતરી."

'શ્રી સત્યનારાયણ' પ્રિન્ટિંગ પ્રેસમાં પટેલ મોતીલાલ કાળીદાસે છાપ્યું
ધીકાંટા—અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમણિકા.





धन्वन्तरी.

SHRI DHANVANTARI

धन्वन्तरिं धृतकरामृत पूर्णकुम्भ पीताम्बर सकल सिद्धसुरेन्द्रवद्यम् ॥
चन्दरविंदनयन मणिमाल्यमायुर्वेद प्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમા અમૃતથી ભરેલો કુભ ધારણ કરી રહેલા પીળા વસ્ત્ર ધારણ કરનારા, સર્વે સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વદન કરવા લાયક, કમળ સરખા નેત્રવાળા મણીમાળાને પ્હેરી રહેલા આયુર્વેદ એટલે વૈદકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક અને વળી જેમના નામનુ સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે એવા **શ્રી ધન્વંતરી** ભગવાનને હુ નમન કરૂ છુ

" MENS SANA IN CORPORE SANO' "પહેલુ' સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૩ જું.] અકટોબર ૧૯૧૦. [અંક ૧૦ મો.

The
*Preservation of Health and the Cure
of
Common Disolders

(Ry. K S Agnihotri, Ph G , Sub-Assistant Surgeon)

PREFACE

Of the laws which regulate health, and of the remedies which are used in simple ailments there is a general ignorance very much to be lamented How many illnesses and how much suffering, would not be averted, if a more sensible acquaintance with sanitary necessities existed in our homes ! Lack of cleanliness, want of ventilation, deficiency of water supply, non knowledge of the functions of the body blindness

* Written expressly for the "Dhanwantari"

to first symptoms of disease, negligence of wholesome precautions—these are culpable causes of accidents, diseases and deaths. And it is sufficiently clear that until people come to know more about the house they live in they will never extirpate chronic disease, nor shall we possess a population healthy and happy.

There is, however, no good reason why a fair knowledge of medicine and philosophy of health should not be gained by the general public; there is nothing hard or repulsive about the subject, and an amount of information which may be of great value can be obtained at very little trouble. In my opinion, Philosophy and the Laws of Health should form a branch of education in every important school in the country. Knowing something of these, men & women would be enabled to care rationally for their health, could observe changes in their sensations suggestive of coming sickness; would have the ability of explaining accurately to the doctor their particular symptoms of disorder, and so pave the way to fewer illness and quicker restorations to health.

My object in producing this book is to furnish a clear and popular account of sanitary science and to mention the remedial agents that are used for the prevention and cure of certain diseases. I know that it is, indeed, impossible through any amount of book teaching to import that higher and more complete knowledge of the Art of Healing which only daily experience in the presence of facts can give. But, never the less, a theoretical knowledge will frequently be of immense service both in the case of overselves and our families. Cases are constantly Occuring in which an early remedy may serve to ward off very serious illness; also many forms of disease require little beyond intelligent nursing and the very simplest treatment: while in other cases a little elementary knowledge of understood symptoms will enable us to detect the earliest indications of serious illness, and lead us at once, in such instances, to seek the aid of the skilled practitioner.

SECTION I.

PRESERVATION of HEALTH.

Chapter 1—Introduction.

Sanitary science is that department of human knowledge which regards the laws of the human body, and of the agents by which it is surrounded, with a view to the preservation of health and the warding off of disease and death. The practical application of these laws constitutes *hygiene,* or the art of preventing disease. This is commonly divided into public and private hygiene, the former having regard to the healthy condition of persons in communities, barracks, work-houses, &c.; the latter to the health of individuals. Personal hygiene will be considered in the following pages. This will include, among other things, *the management of pregnancy and child bed and the care of infants.*

PRINCIPLES—When we regard mankind in general, we find that the external agents by which we are surrounded act very differently on different individuals, arising from temperament, age, idiosyncrasy, habit, hereditary tendency, &c, all of which it is of importance to keep in view in any application of hygienic rules. Thus the condition which would ensure the health of an Englishman are not applicable to the Hindu. There are certain diseases to which youth is most liable, others to which age: and persons of different temperaments exhibit very different tendencies with respect to disease; and so with other peculiarities. Of external agents, influencing health, the principal are the atmosphere, light, heat, electricity, water and soil. The atmosphere is subject to a variety of physical and chemical changes, which more or less affect the health of man. The quantity of moisture which it contains, the amount of pressure, its various movements (winds) all exercise important influences on the health of man, and demand the careful study of the sanitarian. Light, heat and electricity also exert important influences upon life. Water, if not free from im-

purities, is very apt to engender disease, and is liable to be contaminated by the presence of decomposing animal and vegetable substances. Soil is also an important agent in regard to health, some soils retaining moisture and giving rise to malaria, others rapidly absorbing damp. The internal agents, or those which act more directly on the functions of the body, are generally included under the heads of food, clothing, exercise, mental occupation, sleep. The object of food is to repair the waste that is constantly taking place in the body, and to maintain its temperature ; hence it ought to be suited respectively to the powers of digestion and to the wants of the system for nourishment and warmth. The object of clothing is to maintain, as far as possible, an equal degree of heat all over the body and in the different seasons, so as to promote the free action of the different functions and the circulation of the blood ; inattention to this subject is the cause of an immense deal of suffering, and even of death. Exercise is the calling into play the vari ns organs of voluntary motion ; when regular and moderate it is of the greatest benefit to health, promoting the general circulation and strengthening the system; but when excessive exercise tends to waste and destroy life. To diminish the destruction of life by over-exertion, and to supply such exercises as will maintain health, are important objects to the sanitarian The due exercise of the mind, as well as of the body, is necessary to health Here, as in the other case, a partial or excessive culture of the functions of the nervous system is likely to engender disease- Exercise requires rest, and a period of exertion should be succeeded by a time of rest. The grand rest provided for the system is sleep. In general, a healthy hard-working man reguires eight hours in bed out of the twenty-four, many do with less, and some require nine ; but that may be taken as the average.

Public hygiene has for its object a particular knowledge of all the circumstances affecting the health of a community, and the application of rules and remedies to the many unwholesome influences that spring out of a social existence. It

takos cognizance of the geographical position of towns, the arrangement of streets, the situation and construction of homes (warming, lighting, &c.), supply of pure water, offensive and injurious trades, burial of the dead, disinfectants and antiseptics. It also concerns itself with the adulterations of food, the origin and spread of epidemics, the specific and general causes of endemic diseases, etc.

There is only One Disease.

(By Dr. Samaldas Nanji of Balaghat C.P.)

Science teches that the life of the body is in the blood, and that disease is one thing and only one, namely poison or foreign substance in the blood, so that the one disease that afflicts humanity is simply and wholly impure blood. The blood is made through the process of digestion and assimilation of the food we eat and the way we eat it. If we eat so that we have perfect digestion and assimilation we shall have perfectly pure blood, in other words perfect health. On the contrary imperfect digestion & assimilation makes impure blood, and impure blood is disease, and this is all the disease in man. This poison or foreign substance that makes the blood impure is carried through the entire body to every atom, to the most minute part, and is deposited in that part of the body where there is the least resistance to it by nature in the weakest part that man has inherited, and so the diserse manifests itself in various parts of the human body, and names are given to it according to its location. Although there may be a hundred or more manifestations called diseases, they are all one & the same disease, namely impure blood, made by imperfect digestion. We eat simply to repair the waste of the body through exercise. We do not, as many think, get our strength through eating but through the blessed law of sleep. We sleep to restore strength. Perfect sleep depends on observing perfectly the laws of hunger and thirst. It is all important that we obey perfectly the laws for eating and drinking.

Reviews of Books &c.

સ્વીકાર અને અભિપ્રાય.

The "DIETETIC TREATMENT OF DIABETES.", (Third Edition), by Major B. D. Basu, I. M. S., is a neat little volume, setting forth in a concise but clear manner the most up-to-date knowledge about the nature and dietetic treatment of a disease, which claims as its victims many a gifted & promissing youth of our country. The learned author treats in a lucid style the various existing theories and practices with regard to this very *common ailment, and leads the reader straight* through the bewildering labyrinth of conflicting views to a rational dietary and drink best adapted to the Indian climate and to the nonflesh-eating communities. The *following* paragraph is a good specimen of Major Basu's excellent epitome: "Of all the different dietetic cures proposed for diabetes, I am of opinion that the cocoa-nut is by far the best in every respect. I urge on the medical profession of this country where cocoa-nut can be had in abundace and where unfortunately diabetes causes a large mortality every year to try the cocoa-nut cure. If there is any truth in the assertion 'that every country spontaneously furnishes remedies for those maladies which the people of the soil are naturally subject to,' then the cocoa-nut, which grows and thrives luxuriantly along the sea-coast of India—the locality which furnishes more cases of diabetes than other parts of the country—should constitute the dietetic cure of diabetes." We consider this book to be of the greatest value and help to the Medical Practitioners as well as to the laity. It contains the very cream of the modern Medical literature on the subject. The book is well worth a careful perusal. We heartily recommend it to our readers. The get-up of the book is excellent—cloth-bound, Gilt letters, Price one rupee and eight annas only, and can be had from, the "*PANINI OFFICE,* Bhuvaneshvari Ashram, 40 Bahadurganj, *ALLAHABAD.*"

Reviews of Books &c.

સ્વીકાર અને અભિપ્રાય.

The "DIETETIC TREATMENT OF DIABETES.", (Third Edition), by Major B. D. Basu, I. M. S., is a neat little volume, setting forth in a concise but clear manner the most up-to-date knowledge about the nature and dietetic treatment of a disease, which claims as its victims many a gifted & promissing youth of our country. The learned author treats in a lucid style the various existing theories and practices with regard to this very common ailment, and leads the reader straight through the bewildering labyrinth of conflicting views to a rational dietary and drink best adapted to the Indian climate and to the nonflesh-eating communities. The following paragraph is a good specimen of Major Basu's excellent epitome: "Of all the different dietetic cures proposed for diabetes, I am of opinion that the cocoa-nut is by far the best in every respect. I urge on the medical profession of this country where cocoanut can be had in abundace and where unfortunately diabetes causes a large mortality every year to try the cocoa-nut cure. If there is any truth in the assertion 'that every country spontaneously furnishes remedies for those maladies which the people of the soil are naturally subject to,' then the cocoa-nut, which grows and thrives luxuriantly along the sea-coast of India—the locality which furnishes more cases of diabetes than other parts of the country—should constitute the dietetic cure of diabetes." We consider this book to be of the greatest value and help to the Medical Practitioners as well as to the laity. It contains the very cream of the modern Medical literature on the subject. The book is well worth a careful perusal. We heartily recommend it to our readers. The get-up of the book is excellent—cloth-bound, Gilt letters, Price one rupee and eight annas only, and can be had from, the "*PANINI OFFICE*, Bhuvaneshvari Ashram, 40 Bahadurganj, *ALLAHABAD*."

' એટમમાં ' દોઢલાખ ' ઇલેકટ્રોન ' ! ! ત્યારે એક ' ઇલેકટ્રોન ' કેટલું અમર્યાદ સૂક્ષ્મ હશે ! આ સૂક્ષ્મતા કલ્પનામાં આવશે કે !

શ્રી માહાકાળ પત્રમાં શ્રીયુત છોટાલાલ જીવનલાલે **સર ઓલીવર લોજ** નામના સમર્થ વિજ્ઞાન વિદના શોધનું વર્ણન આપેલુ છે તેમાં ' ઇલેક્ટ્રોન ' ' એટમ ' અને ' મોલેક્યુલ ' સંબંધી લંબાણથી વિવેચન કરેલું છે.

શ્રી સાંખ્ય શાસ્ત્રે તો ઉપરના શોધો થતાં પહેલાંજ કહેલું છે કે, **चलंचगुणवृतम्** ॥ એ વાક્યથી કહે છે કે, સત્વ રજસ અને તામસ એ ત્રણે ગુણોનો અર્થાત્ અખિલ વિશ્વનો સ્વભાવ એ છે કે ચળાયમાન થયા કરવું, પ્રત્યેક ક્ષણે પરિણામ પામ્યા કરવું, અને કોઇ પણ બે ક્ષણે સર્વથા એક રૂપમાં નહી રહેવું. યોગશાસ્ત્ર પણ એ સિદ્ધાંતને સ્વીકારે છે. બુદ્ધ અને તેના અનુયાયીનો ક્ષણિકત્વવાદ વિશ્વ વિખ્યાત છે—**सर्वं क्षणिकं क्षणिकं इति भावयेत्** ॥ સર્વ પદાર્થ ક્ષણ માત્રજ તે રૂપમાં રહે છે. અને દ્વિતીય ક્ષણે તે નષ્ટ થઇ તેને સ્થાને અન્ય સજાતીય દેખાતી વસ્તુ જન્મને પામે છે એ બૌધ ધર્મની ચાર ભાવનાઓમાંની સર્વ સંમત એક ભાવના છે. પશ્ચિમ તરફ જોતાં ઇ૦ સ૦ પૂર્વે ૫૦૦ વરસ પર થએલા **હેરાકલીટસ** નામનો ગ્રીક તત્વ વિચારક કહે છે કે:—

Change, movement, is the Lord of the Univers e-Evrything is in a state of vecoming, of continual flux. you connot step twice into the same river, for fresh waters are ever flowing in upon you. (Burnet's Early Greek Philosophers.)

પરિણામ ભેદ એ વિશ્વનો રાજા છે, વિશ્વપર સામ્રાજ્ય ભોગવે છે. સર્વ પદાર્થ ભવન ક્રિયામાં સદા ગતિમાં વ્યાપ્ત થએલા છે. એકજ નદીના એકજ જળમાં કોઇપણ મનુષ્ય બે વાર ડુબકી મારી શકે એ અસંભવિત છે; કેમકે નવું નવું જળ પ્રતિક્ષણે ત્યાં ત્યાં આવીને મનુષ્ય પર પડે છે. નદીનું જળ પ્રવાહરૂપે વહ્યા કરે છે તેથી કોઇપણ તટને એકજ જળ બે વાર સ્પર્શ કરી શકતું નથી. એકવાર જે જળમાં સ્પર્શ કરે છે તે દ્વિતીયક્ષણે ત્યાંથી આગળ વહી ગયું હોય છે. તેજ પ્રમાણે આખા વિશ્વમાં સર્વે પદાર્થો પ્રવાહમાં વહ્યા કરે છે અને તેથી પ્રતિક્ષણે ભેદને, રૂપાન્તરને, પરિણામને પામતા રહે છે. અન્ય અનેક તત્વવિચારકોએ આ પરિણામનું પ્રતિપાદન કર્યું છે. તેથી સર્વ પદાર્થોની ઉન્નતિ, ઉત્ક્રાન્તિ અથવા વિકાસ (Cuolution) થવો એ જગતના સર્વ પદાર્થનો સ્વભાવ છે. એ સર્વ માન્ય નિર્વિવાદ સિદ્ધાન્ત છે, એમ કહેતાં લેશ પણ બાધ આવે તેમ નથી.

વિદુષી બાઇ વસંત (એનીબીસેન્ટ) કહે છે કે—બંધુઓ! તમે ભરતી ચઢવાના સમયે સમુદ્ર તટે ઉભા રહો અને એક પછી એક આવતા તરંગોવાળાં મોજાંને અવલોકો. દરેક પોતાના પૂર્વ ગામિનો કરતાં જરાક વધારે આગળ આવે છે. દરેક અનુક્રમે વિનાશ પામીને પોતાના અનુયાયીને માટે માર્ગ કરે છે. કાંઠા તરફ ધસતી ભરતિથી નમોરી આગળ માનવ જાતના વિકાસ પામતાં કુળોનું એક ચિત્ર ખડું થાય છે; જો તમે આવી ભરતિના ચઢવાના માર્ગનું અવલોકન કરશો તો તમારા લક્ષમાં આવશે કે, જે ક્ષણે મોજું નહુજ આગળ પડતું હોય છે તે રેતીમાં ઘણે દૂર સુધી જઇ શકતું નથી. પટકાઇને પીછુમાં બઇ-

લાઇ જવું, પથરામાં ખળખળ અવાજ કરવું, છુટા પડેલા પાણીને ઉપર ફેંકવું, જમીન ઉપર ફરીથી પછડાઇને પછડાતાં સંગીત ધ્વનિનું માધુર્ય ઉપજાવવું મોજું એ એક લગભગ ખલાસ થઇ ગએલું મોજું છે; જેનો માર્ગ સંપૂર્ણ થઇ ગયો છે, એવું તે એક મોજું છે. પરંતુ જો તમે બરોબર અવલોકન ચલાવશો તો તમારા લક્ષમાં આવશે કે, જે સમયે તમારૂં લક્ષ પટકાઈ પૂરા થતા મોજાના ધ્વનિમાં, લગભગ પૂરા થયેલા મોજાના ફીણમાં લાગેલું હતું, તે સમયે શાંતિથી લગભગ અદ્રષ્ય રીતે માત્ર ઝીણી નજરથી જોનાર નજરને જણાતું એક બીજું મોજું તેની પાછળ ચૂપકીથી, ભંગ વિના, ગરબડ વિના, ધ્યાન ખેંચ્યા વિના, ચઢી આવતુંજ હોય છે. પરતુ ભંગ થતા મોજાની પાછળ ઉછળી આવતું મોજું—એ મોજુંજ ભંગ થએલા મોજાને અનુસરનાર છે. તથા ભંગ થએલું મોજું જેટલે પહોચ્યું હતું તેના કરતાં પણ રેતિમાં તે આગળ પહોંચશે.

ઉપરના નિયમ અનુસાર આપણા આર્યાવર્તમાંથીજ શરૂવાત વનસ્પતિ અને રસાયન શાસ્ત્રની દવાઓની થઇ હતી અને તેનાં મોજા નો પ્રવાહ આગળ વધી એશીયા યુરોપ અને અમેરીકાખંડમા પથરાઇ ગયો હતો. એની પાછળ બાજુ મોજું યુરોપ ખંડમાંથી પલોપથી દવાનું શરૂ થયું હતું, અને તે પણ ચારે બાજુ પથરાઇ ગયું હતું—અસ્તોદયના કાળચક્રની ગતિ પ્રમાણે તે પછી ડૉ. હાનેમાને "**હોમીયોપથી**" દવાની શોધ કરી અને તેનાં મોજાં પણ યુરોપ એશીયા ને અમેરીકા ખંડમા પથરાઇ ગયાં. એ પછી ડૉ૦ સુસ્લરે શોધ કરી કે, આપણા શરીરમાં બાર જાતના ક્ષારો છે તેમાંથી કોઇ કમી થાય છે તેનાથી રોગ ઉત્પન્ન થાય છે, કિયો ક્ષાર કમી થવાથી કિયા રોગ થાય છે, ને તેણે શોધ કરી લખેલા છે, અને બધી જાતના રોગો મટાડવા બાર જાતના ક્ષારોની જરૂર છે એ નિર્ણય ઉપર આવી, તેણે બારજ દવાઓ ક્ષારની શોધી કાઢી છે. એ દવાનાં મોજાં પણ દુનિયાના દરેક ભાગમાં પથરાઇ ગયાં છે, અને ખલાસ થયાં છે. એ પ્રમાણે પ્રથમ એશીયા ખંડમાથી, તે પછી યુરોપ ખંડમાથી, પ્રવાહ શરૂ થઇ ગયા પછી હવે અમેરીકા ખંડનો વારો આવેલો છે અમેરીકા ખંડમાંથી હવે "**નેચરોપથી**" એટલે કુદરતી રોગોપચાર વિદ્યાની શરૂવાત થઇ તેના મોજાંની શરૂઆત થએલી છે, અને તે હવે ઉત્તરોત્તર આગળ વધતાં જાય છે. **નેચરોપથી** વિદ્યાના હિમાયતીઓનું એમ માનવું છે કે, આપણા શરીરમા પૃથ્વીમાં રહેલા ઘણાં તત્વો માલુમ પડે છે, અને તે તમામ તત્વો આપણને વનસ્પતિ દ્વારાએ મળેલા હોય છે. એટલે આપણુ શરીર માત્ર પૃથ્વીમાતાથીજ બનેલું છે, અને ફરી પૃથ્વીમાજ સમાઇ જવાનું છે. શરીરમાં રહેલાં એવાં તત્વો શરીરના પોષણ અને વૃદ્ધમ વપરાય છે. અને તેની ખોટ ખાન પાન અને શુદ્ધ હવાથી પુરી પડે છે. આની ખોટ પુરી પાડવા દવાના રૂપમાં ખનીજ દ્રવ્યોની બિલકુલ જરૂર નથી ને તેવાં દ્રવ્યો શરીરમા ગયા પછી તે રક્ત સાથે બિલકુલ મિશ્ર થતાં નથી, જુદાં ને જુદાંજ રક્તમાં રહી કચરા રૂપે ભેગાં થાય છે, અને રોગો ઉત્પન્ન કરે છે. શુદ્ધ હવા, શુદ્ધ ખાન પાન પ્રમાણ તથા પવિત્ર વિચાર અને આચરણ તથા સ્નાનાદિકથી બહિર શુદ્ધિ રાખવામાં આવે તો રોગનું સ્વપ્ન પણ આવે નહી, તો રોગ ક્યાંથીજ થાય? શરીરમાં સંચિત થએલા મળથી રોગ ઉત્પન્ન થાય તો તેને નિર્મૂળ કરવાનો સારામાં સારો ઉપાય તે મળને શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખવો એજ છે. અને તેજ ધોરણ ઉપર તેમના **નેચરોપથીના**

બધા અત્ર લખીને બહુ લંબાણ કરવાની જરૂર નથી. પરંતુ લંડન શહેરના કરવામા આવેલા કેટલાક અગત્યના અખતરા અહિં વર્ણવવાની જરૂર જણાય છે નીચે લખેલી બિના કેટલાક વજનદાર ચોપાનિયામાં પ્રગટ થઇ છેઃ-

ન્હાનાં બાળકોને ચો-સ બિમારી લાગુ પડતાં તેમના હાથ પગ વિગેરે અવયવોને લકવો થઇ આની તે નકામા પડી જાય છે. તે મટાડવામાં સાધારણ દવા દારૂ નિ'ફળ નિવડે છે, તેથી સુધરેલા દેશના ડૉકટરો વિજળીક પ્રયોગો, ચંપી (Massage) વિગેરે ઉપર આ રોગ મટાડવાનો આધાર રાખે છે પણ તેમ છતા ઘણાક બાળકો સાજા થઇ શકતા નથી. આવા દરદીઓની માવજત કરવાને માટે લન્ડન શહેરમા ' ટાઇન્ટીમ ગીલ્ડ" નામે એક ધર્માદા ખાતું નિભાવવામાં આવે છે, જ્યા તેમની માવજત અને પરવરી કરી તેમને સભાળથી ઉછેરવામા આવે છે. એ ખાતાની સ્થાપક **મીસ હોર્યેન** નામની એક પરમાર્થિ બાનુ છે આ બાઈ દરદી બાળકોની માવજત કરવામા જાતે મહેનત લે છે, અને એ ખાતાને ફતેહમદ કરવાને પોતાથી બનતું કરે છે. તેમ કરતા તેણી બાઇનું ધ્યાન દરદી બાળકોના હલન ચલન વગરના જડ થઇ ગયેલા અવયવોને શી રીતે પુન સતેજ અને સાજા કરવા તે તરફ દોરાયુ. તેણીએ દરદી બાળકોમાથી દરેકનો શોખ અને વલણ કેવા પ્રકારનાં છે તેનો સભાળ પૂર્વક અભ્યાસ કર્યો, અને તેમ કરતા ગાયન વડે તેમને સાજા કરવાનો વિચાર સુઝતા તેણીએ તે અમલમા મૂક્યો. તેની આ પ્રકારની કોશીશનું પરિણામ ત્રણ દાખલાઓમાં બહુ ફતેહમદ ઉતર્યું છે, એટલે આ દાખલાઓ પણ જાણવા જોગજ થઈ પડશે

પહેલો દાખલો છ વરષની ઉંમરના એક છોકરાનો હતો. જેનો જમણો હાથ લકવા અથવા અર્ધાંગવાયુથી નકામો થઈ ગયો હતો. આ છોકરાને લશ્કરમા પડઘમ વગાડનાર થવાનું બહુ ગમતું હતું તે ઉપરથી તેને એક પડઘમ આપવામાં આવ્યુ, અને અશક્ત હાથ છતા પણ તે વગાડવા માટે તેણે એટલો તો પ્રયત્ન કરવા માડ્યો કે, દવાદારૂ, વિજળી અથવા ચપી (Massago) થી જે લાભ જણાયો નહોતો, તે લાભ આ પડઘમથી મળ્યો, અને આખરે તેનો હાથ બિલકુલ સાજો થઇ ગયો.

બીજો દાખલો ત્રણ વરષના એક બાળકનો હતો જેના બન્ને પગ છ મહિના થયા લકવાથી નકામા થઇ પડ્યા હતા આ બાળક પણ ગાયનનું શોખીન જણાયું, અને પીયાનો નામના વાજામા અમુક રાગ વગાડતા તે રાગની તેના ઉપર જબરી અસર થતી. આ રાગ સાભળવાથી તે બાળક એટલુ તો આનદમા આવી જતું કે ગાયનના સુર અને તાલ પ્રમાણે ચાલવા, નાચવા કે કુદવા બહુ કોશીશ કર્યા વગર તેને ચેન પડતું નહિ. આવો ઉપાય દરરોજ ચાલુ રાખવાથી, અને તે બાળકને તે ખાસ જાતનુ ગાયન સાભળતા ખૂબ તાન ચડતું હોવાથી કેટલાક વખત પછી તેના લકવાથી રહી ગયેલા પગમા ધીરે ધીરે ચેતન આવવા લાગ્યુ અને આખરે તેના બન્ને પગ તદન સાજા થઇ ગયા.

ત્રીજો દાખલો દશ વરષની એક છોકરીનો હતો. તેને પણ સાજી નહિ કરી શકાય એવો અભિપ્રાય આપી ડૉકટરોએ હૉસ્પીટલોમા દાખલ કરવાની ના પાડી હતી તેનો જમણો પગ અને હાથ નકામા થઇ પડ્યા હતાં, અને જીભ લુલી તુટલી થઇ હતી. પરંતુ

ગાયનની તેના પર સારી અસર થાય છે એમ માલુમ પડવાથી તેને જે રાગ બહુ પસંદ પડતા હતા, તેજ રાગનાં સરસમાં સરસ ગાયનો. તેને સંભળાવવામાં આવતાં. તે ગાયનમાં સુર પુરવા અને સાથે ગાવા લાગવા તેને ભારે ઉલટ થતી, આખરે આ યુક્તિ ફાવી અને તે સાફ બોલતી થઇ. તે પછી એક ઘંટ અને સુર કાઢનારૂં લાકડાનું બીજું યંત્ર બનાવી તેની મદદ વડે તેના હાથ પગ પણ સાજા કરવામાં આવ્યા છે.

મું. સ. ૯,-૮,-૧૦,

कोलेराना अटकावनो स्हेलो उपाय.

માધવલાલ નાથુભાઇ દ્વિવેદી—નડીયાદ. નીચેનો અનુભવ એકાદ ડાક્ટરનો જાતે અજમાવી જોએલો હોવાથી સર્વત્ર તે પ્રમાણે અનુભવ કરી, આ પત્રમાં એકાદ બેમાસના પોતાને અનુભવ જણાવવા વિનતિ કરવામાં આવે છે. આજ કાલ હિંદનાં મોટા વિભાગમાં કોલેરા ફાટી નીકળ્યો છે, ગુજરાતના પણ કેટલાક સ્થળોમાં ચિંતા ઉપજાવનારો થઈ પડ્યો છે, તો દરેકને નીચે પ્રમાણે અજમાવી જોવા ભલામણ કરવામાં આવે છે.

મી. ગસ્ટેવ ઝોને ડીસેમ્બર ૧૮૮૩ ના થીઓસોફીસ્ટના વો. ૫ અંક-૩ માં "How Shall we Sleep" ના લેખના અંતમાં નીચે પ્રમાણે એક સુચના કરવામાં આવી છે:—

Metalic cells are worn to great advantage in India on diseased parts of the body. The curative properties of these cells I have seen verified in authentic instances. When, years ago (I believe about 1852), cholera was devastating some parts of Europe, it was remarked at Munich (Baveria) that among the thousands of its victims, there was not a single coppersmith. Hence it was recommended by the medical authorities of that town, to wear disks of thin copper plate (of about 2½ inch diameter) on a string, on the hollow of the stomach, and they proved to be a powerful preventive of cholera. Again in 1867, cholera visited Odessa. I and my whole family wore these copper disks; and while all around, there were numerous cases of cholera & dysentry, neither of us was attacked with either. I propose that serious experiments should be made in this direction, and specially in those countries which are periodically devastated by that disease; as India for instance. It is my conviction that one disk of

copper on the stomach, and another one of zink on the spine, opposite the former, will be of still better service; the more so, if both discs are joined by thin copper chain. "—Page 92.

ઉપરના પરિચ્છેદના ભાવાર્થ નીચે પ્રમાણે છે:—

" હિંદમા દેહમા રોગી અવયવો ઉપર ધાતુની ચકતીઓ ઘણી લાભકારક રીતે પહેરવામાં આવે છે. સત્તાવાર દાખલાઓમા આવી ચકતીઓના રોગ શમાવવાના ગુણો ખરા પડતા મારા જોવામાં આવ્યા. છે. કેટલાક વર્ષ પહેલા જ્યારે (મારા ધારવા પ્રમાણે આશરે ૧૮૫૨માં) યુરોપના કેટલાક ભાગોને કોલેરા ઊજડ વેરાન બનાવતો હતો ત્યારે મ્યુનિચમાં (બાવેરિયા) એટલું ખાસ લક્ષ ખેંચે એવુ બન્યું હતું કે, એ રોગના ભોગ થઇ પડેલાં હજારો માનવીઓમાં એક પણ કાંસાગરો પટકાઇ પડ્યો નહોતો. આ ઉપરથી એ શહેરના વૈદક સત્તાધારીઓએ, તાંબાના પાતળા પતરાની ગોળ ચકતીઓ (આસરે અઢી ઇંચ વ્યાસની) દોરીએ ભેરવીને પેટના પોલા ભાગ ઉપર પહેરવાની ભલામણ કરી હતી; આ સર્વે કોલેરા સામે બલવાન બાથ ભીડીને તેને અટકાવવામા સફળ નીવડી હતી. ફરીથી વળી ૧૮૬૭ની સાલમાં ઓડેસામા કોલેરા ફાટી નીકળ્યો. મે અને મારા આખા કુટુમ્બે આવી તાબાની ચકતીઓ પહેરી રાખી; આસપાસ કોલેરા અને મરડાના અસખ્ય કેસો બનતા હતા, છતાં અમારામાંના કોઇના ઉપર આ બેમાથી એકનો પણ હુમલો થયો નહોતો. આ દિશામાં ગંભીર અજમાયશો કરી જોવાની હુ સુચના કરૂ છું. આવા રોગ વડે સમયે સમયે ઊજડ વેરાન જેવા બની જતા દેશોમાં તો આવો પ્રયોગ ખાસ અજમાવી જોવાની જરૂર છે; દષ્ટાંત તરીકે હીંદમાંજ મારી એટલી ખાત્રી છે કે, પેટ ઉપર એક તાંબાની ચકતી પહેરવામાં માં આવે તથા એક બીજી જસતની ચકતી તેની પાછળના ભાગમા કરોડ ઉપર પહેરવામાં આવે તો વળી વિશેષ લાભ મળે. જો આ બન્ને ચકતીઓને તાબાની પાતળી સાંકળી વડે જોડવામાં આવે તો વળી લાભમાં વધારો થાય છે. "

અન્ય વર્તમાન પત્રો પણ આ પ્રયોગને ચારે તરફ ફેલાવવામા સહાયભૂત બનશે. એવી સંપુર્ણ આશા રાખવામાં આવે છે.



वैदकीय टुंक नोंध.

(લેખક: ડૉ–મહાદેવપ્રસાદ ઈ. એમ. ઇ. એન. ડી.)



૧. પરદેશી ફેશનોનું નુકશાનકારક અનુકરણ:—અણસમજુ લોકો પરદેશીઓ પાસેથી સદ્ગુણો કરતાં દુર્ગુણો જલ્દી અને મોટી સખ્યામાં શીખી જાય છે, એ એક જાણીતી વાત છે. દાખલા તરીકે યુરોપીયનોમાંથી ઘણાકને દારૂ પીતા જોઇ આપણા દેશના લોકો દારૂના અત્યંત ભયંકર વ્યસનમાં પડી ગયા છે અને તેમને કોલર અને નેકટાઇ ઘાલતા જોઇ આપણા દેશના પણ હજારો મનુષ્યો વગર વિચારે પોતાના સાજા તાજા ગળા ઉપર પાટા વીંટી ફાંસો ઘાલવામાં મહોટાઇ માનવા લાગ્યા છે. યુરોપીયન લોકોની દેખાદેખીથી આપણા લોકો પણ બારે માસ કાળા રંગના ડગલા પહેરવા લાગ્યા

છે, અને તેથી જો કોઇ કેળવાયલા લોકોના એકાદ મેલાવડામાં આપણે તપાસી જોઇશું તો કાળા રંગના ડગલા પહેરનારની સંખ્યા વર્ષના ગમે તે ભાગમાં બહુ મ્હોટી માલુમ પડશે. અરે એટલુંજ નહિ પણ કેવળ ફેશનની પ્રીતીખાતર ભર ઉનાળાની ગરમ રૂતુમાં પણ મોજાં પહેરી ફરનારા બઈરાંઓની સંખ્યા આપણા દેશમાં કાંઇ થોડી નથી. તેજ પ્રમાણે વળી મડમોને ઉંચી અને નાની એડીના બુટ પહેરતાં જોઇ આપણા દેશની પારસી તથા હીંદુઓ પણ તેવાજ બુટ પહેરવા લાગી છે એ કેટલી દિલગીરીની વાત છે. ઉપર લખેલા દરેકે દરેક રિવાજ આપણા દેશના લોકોને બિલકુલ અનુકુળ નથી, એટલુંજ નહિ પણ બહુજ હાનિકારક છે. આ સંબંધી આ "ધન્વંતરી" માસિકમાં અગાઉ થોડું ઘણું વિવેચન થઇ ગયું છે, તેથી અત્રે તો હાલ માત્ર ઘણી ઉંચી એડીઓ વાળા બુટ કે જોડા પહેરવાથી થતા નુકશાનનેજ વર્ણવવા દુરસ્ત ધાર્યાં છે. એક પ્રસિદ્ધ ઈંગ્રેજી વૈદક ચોપાનાયું પણ જણાવે છે કે, જો બૈરાઓમાં ઉંચી એડીવાળા જોડા પહેરવાનો રિવાજ ચાલુ રહેશે તો મોડાં વહેલાં તેઓ ઘરમાંથી બહાર નિકળવા પણ તેઓ અશક્ત થઇ જશે, અને ઘરમાજ ભરાઇ રહેવું પડે તથા માત્ર મ્હોડું જોવાનાજ કામમાં આવે તેવાં બની જશે. કુદરતી રીતે આખા શરીરનો ભાર પગના તળીયાની આખી કમાન ઉપર આવવો જોઇયે તેથી તેને ઘટતી બહુજ ઉત્તમ બનાવટ પગની ઇશ્વરે કરેલી છે. તેમ છતાં ઉંચી એડીવાળા જોડા પહેરવાથી શરીરનો આખો ભાર પગના પંજા તથા આંગળીઓ ઉપરજ પડે છે. આથી કરીને જે સાંધાઓને લીધે આંગળીઓ પગને જોડાયલી રહે છે, તે સાંધાઓ ઉપર દબાણ પડવાથી તેઓ પહોળા થઇ જાય છે, અને જ્ઞાનતંતુઓ ઉપર ખરાબ અસર કરે છે, અને પરિણામે જ્ઞાનતંતુઓનાં તરેહ તરેહનાં દરદો પેદા થાય છે. કુદરતને અનુસરીને ચાલીયે તો આખા શરીરનું વજન એક સીધી સપાટીમાં વહેંચાઇ જવું જોઇયે. પગનાં હાડકાંઓ આખો ભાર ઉપાડે છે તથા સ્નાયુઓ તેને ટેકવી લે છે, પરંતુ આખા પગ પર સરખે ભાગે વજન ન પડવાથી હાડકાં તથા સ્નાયુને વજનના ભાગ તરફ નમવું પડે છે. અને તેથી કરીને આગળ ઉપર તે સહેજ વળી જાય છે પરિણામ એ આવે છે કે, લાંબા કાળે પગની શક્તિ બહુજ ઓછી થઇ જાયછે. અને બહાર બહુ હરવા ફરવાનું કામ મુસ્કેલ અથવા અશક્ય થઇ પડે છે આ કારણથી જેઓને પોતાની તંદુરસ્તી જાળવવાની કાળજી હોય તેમણે જેમ બને તેમ સીધાં તળીયાંવાળા, પહોળી ટોચવાળા અને સુંવાળા ખુલતા જોડા પહેરવા જોઇયે. કે જેથી શરીરનું વજન પગના તળીયા પર સરખે હિસ્સે વહેંચાઇ જાય, અને પગ સંકડાઇ કે છોલાઇને ખરાબ ન થાય.

૨. અક્ષર ઉપરથી દરદની ચિકિત્સા.—હિસ્ટીરિયા, વાઈ, તથા જ્ઞાનતંતુનાં કેટલાંક દરદો પ્રગટરૂપે જણાવા લાગે તે પહેલાં પણ દરદીના અક્ષરોના મરોડ અને લખવાની ઢબમા અમુક પ્રકારનો ફેરફાર થાય છે. અને તેથી એક કાબેલ વૈદ કે ડોકટર જો આ બાબતનો બરાબર અભ્યાસ કરે તો દરદીને જોયા વગર તેને આગળ ઉપર થનારાં જ્ઞાનતંતુનાં દરદોની ચોક્કસ ચેતવણી આપી શકે છે.

૩. લીલાંફળ લાંબો વખત તાજાં રહે તેવી શોધ શી રીતે હાથ લાગી? ઇટાલી દેશના પૌમ્પીઆઇ નામના પુરાણકાળમાં જ્વાળામુખી પર્વત ફાટવાથી દટાઇ ગયેલા એક શહેરનાં ખંડેરો ખોદતાં એક સ્થળેથી બિલકુલ હવા પેસી ન શકે એવી રીતે

માટીના ઠામમાં બંધ કરીને રાખેલાં ફળ મળી આવ્યાં હતાં. તે ઠામ ઉઘાડી જોયું તો ફળ લગભગ તાજાં જેવાંજ જણાતાં હતાં. હાલમાં રસાયણશાસ્ત્રના નિયમ મુજબ બંધ કરેલ ઠામમાં શાક વિગેરે ન બગડે એવી રીતે રાખી શકવાની રીત આ બનાવ ઉપરથી સુઝી હતી. અને હવે તો હવા કાઢી લીધેલાં કાચનાં મજબુત વાસણોમાં ફળ શાક અને દુધ સરખાં પ્રવાહી પણ બંધ કરી થંડી જગામાં રાખવાથી માની ન શકાય તેટલો લાંબો વખત તેને સારી સ્થિતિમાં રાખી શકાય છે.

૪. **એક સરજનને હાથે દરદીનું મરણ.**—મુંબાઇ સમાચાર પત્ર ઉપરના ખબરપત્રી તા. ૧લી સપ્ટેમ્બરના પત્રમાં લખે છે કે, એક દરદીની સારવાર કરતી વેળાએ એક મદદનીશ સરજને તેને જોરથી આંચકો મારીને તેની તલ્લી (Spleen–બરોળ) ફોડી નાંખી તેનું મરણ નિપજાવ્યું છે, અને તેથી તેના ઉપર ૩૨૩ મી કલમ મુજબનો આરોપ મેલી તેની તપાસ ચલાવવામાં આવે છે. આ જમાનાના સરજનો પણ નવાઇના પાકવા લાગ્યા છે !!

૫. **એકસો પચીસ વરસની ઉમ્મરના એક મહોમેડનનું મરણ.**—હઝીરા પ્રગણાના કહરાન ગામનો એક ઇસ્લામી ધરમ પાળનાર જાગીરદાર દરાબસઆદલખાન ખાતે ૧૨૫ વરસની વયે મરણ પામ્યો છે. મરનારે ઇ. સ. ૧૮૩૦ ના અરસામાં સાયેની લડાઇમાં ભાગ લીધો હતો.

૬. **આઠ માઇલ લાંબી અરજી.** એવી ખબર પ્રસિદ્ધ થઇ છે કે ઇંગ્લંડના દારૂના બીલ સામે પોણો લાખ સહીઓ સાથેની જે અરજી થઇ છે તેના કાગળોનું વજન બત્રીસ મણ જેટલું છે. અને આ અરજીના કાગળો જો પાથર્યા હોય તો તેની લંબાઇ આઠ મૈલ થાય.

૭. **કીડીઓથી થતી હેરાનગતિનો ઉપાય.** જો પેટી, પટારા, રસોડાં, ગળ્યા પદાર્થો, અને બીજા પ્રવાહી ચીજો રાખવાની જગાએ કીડીયો વધી પડી હોય તો સોગંધકના કટકા મુકી રાખવાથી કીડીઓ એકદમ પલાયન કરી જાય છે. મુંબાઇ શહેરમાં ઘણા માળાઓમાં કીડીઓનું જોર વધારે છે, જેથી આ પ્રયોગનો અનુભવ લેઇ જોવાનું ઝટ બની શકે તેમ છે.

૮. **એક સો મૈલ જેટલા જંગાવર અંતરેથી દરદીના રોગની પરીક્ષા થઇ શકે તેવું અદ્દભુત યંત્ર.**—આઇલ ઓફ વાઇટ નામના ટાપુમાં શાઇડ મુકામે રહેતા પ્રોફેસર મીલને (Prof Milne) એ "ધી ડેલી મેઇલ" નામના જાણીતા રોજીંદા ઇંગ્રેજી વર્તમાન પત્ર ઉપર તારનો સંદેશો મોકલી જણાવ્યું હતું કે, "આ વાઇટના ટાપુમાંના ચાર પ્રસિદ્ધ ડૉક્ટરોના સમક્ષ આજ રાત્રે નવ વાગે લંડન શહેરમાં બેઠેલી એક બાઇના હૃદયના ધબકારા ટેલીફોનની મદદ વડે હું સાંભળી શક્યો હતો. આ યંત્ર ખાસ બનાવટનું છે. મી. સીડની બ્રાઉને ઘણાજ સક્ષ્મ અવાજ મોટા રૂપમાં સ્પષ્ટ રીતે સાંભળી શકાય તેવું એક "ટેલીફોન રેલે" બનાવી આપ્યું છે, તેની સાથે એક ખાસ જાતના "સ્ટેથેસ્કોપ" ને જોડી દેવાથી, સો માઇલ જેટલા લાંબા અંતરે રહેલા દરદીના શરીરની તપાસ તેની છાતીના ધબકારા સાંભળી શકાય છે."

૯. પતિના મૃત્યુને લીધે થયેલી તિવ્ર મનોવ્યથાને લીધે આપોઆપ તત્કાળ મરણ પામનાર સતી.—લાહોરમાં પ્રસિદ્ધ થતા "આર્ય ગેઝીટ" નામના વર્તમાન પત્રના તા. ૨૯ મી એપ્રીલના અંકમાં નીચેની જાણવા જોગ બિના પ્રકટ થઇ હતી જે ઉપરથી મનની શરીરપર કેટલી સબળ અસર થાય છે તે પણ સહજ જણાઇ આવે છે; નહાર સીકતખાનના એક બાબુપ્રસાદ કુઓરી અગરવાળા નામના સંભાવિત ગૃહસ્થ માત્ર ત્રણ દિવસની તાવની બિમારી ભોગવી મરણ પામ્યા. આ ગૃહસ્થની સ્ત્રીએ તેમની માંદગી દરમ્યાન બહુજ સંભાળ અને મમતાથી ઉત્તમ સારવાર અને સેવા ઉઠાવી; પણ કાંઇ વળ્યું નહિ. પોતાના પ્રિય પતિના મરણ પછી તે ખૂબ રૂદન કરવા લાગી, અને પોતાની સંભાળ લેનાર કોઇ રહ્યું નથી માટે પોતાના પતિનો સંગાથ કરવા માટે પતિના આત્મા પાસેથી રજા મેળવવા બહુજ આજીજી કરવા લાગી. એના સત્ય અને ખરા અંતઃકરણ પૂર્વક કરેલી પ્રાર્થના જાણે કબુલ રાખવામાં આવી હોય તેમ તે બાઇ પછી શાંત થયેલી જણાઇ અને તેના રીતભાત અને દેખાવ સુધારા પર આવેલાં જણાયાં. પરંતુ થોડીજ વાર પછી તે ફરીથી ઇશ્વરની પ્રાર્થના કરતી, અને પોતાના પતિની સંગાથે સ્વર્ગમાં જવાની આજ્ઞા માગતી જણાઇ. જ્યારે પ્રાર્થના પુરી થઇ રહી એટલે તે તદ્દન અચેતન બની ગઇ અને પાડોશી અને સગાં વ્હાલાંએ તેને જાગૃત કરવા ઘણો પ્રયત્ન કર્યો; પણ તેને ભાન આવ્યુંજ નહિ અને તેનો અમર આત્મા આ સ્થૂળ દેહનો ત્યાગ કરી તેના પ્રિયતમના પ્રાણને ભેટવા સત્વર ચાલ્યો ગયો. આ રીતે પતિ પત્નિના મૃત દેહોને સાથેજ સ્મશાનમાં લેઇ જઇને એકજ વખતે એકજ ચિતામાં બાળવાં પડ્યાં. છેલી પ્રાર્થના કરતાં પહેલાં આ આર્ય મહિલાએ પૂર્વ કાળની સતી સ્ત્રીઓની માફક ઉત્તમ વસ્ત્રાભૂષણો ધારણ કર્યાં હતાં. પરમાત્મા તેના પવિત્ર આત્માને શાંતિ આપો !!

૧૦. સજીવ કામ કરતા હૃદયની છબી પાડવાની કળા.—શેન્ટજન નામના એક જાણીતા શોધકે થોડાકજ વર્ષ થયાં ખોળી કાઢેલાં "એક્સરે" નામનાં વિજળીક કિરણોના મદદથી એક જીવતા માણસનું ધબકતું હૃદય જોઇ શકાય છે. આમ જીવતા હૃદયને બહાર દેખાડી તેની છબી પાડવાનું બને, એવી શોધ થઇ છે એક જણે તેનો અખતરો કર્યો છે, અને એક સેકંડના સોમા ભાગ જેટલા ટુંકા વખતમાં તેની છબી પાડી લીધી છે, કાળા માથાનું માનવી જે નહિ કરે તે ઓછું !!!

૧૧. જાપાનમાં નૈતિક કેળવણી— "ધર્મ" શબ્દનો બહુજ સંકુચિત અર્થ કરનારા લોકો એમ કહે છે કે, જાપાન દેશની નિશાળોમાં ધાર્મિક કેળવણી અપાતી નથી. પરંતુ હિંદુઆઓ તો ધર્મ અને નીતિને કદિ પણ જુદાં પાડતાં નથી. ધર્મ અને નીતિનો સબંધ કપડું અને વાણા તાણાના તાર વચ્ચેના પરસ્પર સંબંધ જેવો અતિશય ગાઢ માનવામાં આવે છે. જો આ વાત ખરી હોય, અને અમારૂં પોતાનું તેવું ખાત્રીપૂર્વક માનવું છે, તો પછી જાપાન દેશમાંની દરેક નિશાળમાં નૈતિક શિક્ષણ આપવા પાછળ જે મહેનત, વખત અને દ્રવ્યનો ભોગ આપવામાં આવે છે તે જોતાં ખરેખર કલા જગર ચાલે તેમ નથી કે તે પ્રજા પોતાનાં ઉછરતાં બાળકોને કર્તવ્યનિષ્ટ ગૃહસ્થો, ઉત્તમ અને પ્રમાણિક નાગરીકો, અને રાજ્યભક્ત તથા સ્વદેશભક્ત પ્રજાજન બનાવવાને સર્વ સુધારેલા દેશોમાં

આગળ પડતો ભાગ લે છે. જાપાનની નિશાળોમાં જે નૈતિક શિક્ષણ આપવામાં આવે છે તે કેવળ અપક્ષપાત અને કોઇ પણ ધર્મ કે સંપ્રદાયનાં સિદ્ધાંતોને હાનિ કરે નહિ તેવી જાતનું હોય છે અઠવાડીયામા દરરોજ કેટલોક વખત આ વિષય ઉપર ગાળવામાં આવે છે, એક નમુના દાખલ ત્યાંની સ્કુલનો પ્રોગ્રામ નીચે પ્રમાણે છે; માબાપ તરફનો પ્રેમ, ત્રણ કલાક, ભાઇ બહેન અને ભાંડુઓ તરફનો પ્રેમ બે કલાક; ઘરના સુખ વિષે બે કલાક; મિત્રો અને ભાઇબંધો તરફના પ્રેમ વિષે ત્રણ કલાક; મહારાજાધિરાજ કૈંના તરફની વફાદારી સબંધી ત્રણ કલાક; ઉદ્યોગી રહેવા વિષે બે કલાક; તકરાર અને લડાઇ ટંટા નહિ કરવા સંબંધી બે કલાક; સત્યવક્તાપણું અને જુઠું નહિ બોલવું તે વિષેના શિક્ષણમાં બે કલાક; પોતાના ગુન્હા નહિ છુપાવવા વિષે બે કલાક; બીજા કોઇને પણ નુકશાન થાય એવું કોઇ કાર્ય નહિ કરવા વિષેનો બોધ આપવામા બે કલાક, આવું ઉત્તમ શિક્ષણ છેક નાની ઉમ્મરથી સતત મેળવ્યા કરનાર ઉછરતી પ્રજા મોટી ઉમરે પોતાના દેશને આખા જગતમાં દીપાવે એમા શી નવાઇ !?!

વળી "આર્ય પ્રકાશ" જણાવે છે કે "જાપાનમાં છોકરાઓને બન્ને હાથે લખતાં શીખવે છે."

नर रत्न दादाभाइ नवरोज़ीना शरीरसंरक्षक नियमो.

૧ સ્થૂલ દેહની તંદુરસ્તી એ ખરૂં આરોગ્ય નથી; પણ સ્થૂલ દેહ અને સૂક્ષ્મ શરીરની વિકાર રહિત સ્થિતિ એજ ખરૂં આરોગ્ય છે.

૨ શરીર, મન અને આત્મા એ ત્રણેની જેનાથી ઉત્તરોત્તર ઉન્નતિ થાય તેજ આરોગ્યનો સાચો નિયમ છે.

૩ ખાન પાનજ કેવળ આરોગ્યતા પોષાક છે એમ સમજવું એ બક બગલું છે પણ આરોગ્યના પોષાક સદ્ગુણો છે. અને સદ્ગુણોથીજ આયુષ્યમા વધારો થાય છે એ માણસોએ જરૂર ધ્યાનમાં રાખવું જોઇએ. ૪ સ્થૂલ અને સુક્ષ્મ શરીરનો પરસ્પર સબંધ છે. એક વિના એક ટકી શકતું નથી. સ્થૂલને સ્થૂલનો ખોરાક આપવો જોઇએ અને સૂક્ષ્મને સૂક્ષ્મનો ખોરાક આપવો જોઇએ. સ્થૂલનો ખોરાક નિયમિત ખાન પાન અને સૂક્ષ્મ ।। ખોરાક સદ્ગુણ અને સદાચાર છે.

૫ તાવ ખાસી ક્ષય વગેરે સ્થૂલ શરીરના રોગ છે અને કામ, ક્રોધ, હ ષ , દ્રોહ, આલસ્ય–વગેરે મનના–સૂક્ષ્મ શરીરના રોગ છે.

૬ સ્થૂલ શરીરના રોગો પ્રથમ શરીરને અને પછી ધીરે ધીરે મનને—સૂક્ષ્મ શરીરને દુર્બળ અને દુષ્ટ કરે છે. અ મનના–સૂક્ષ્મ શરીરના રોગો પ્રથમ મનને અ પછી સ્થૂલ શરીરને વિકારી એટલે રોગી બનાવે છે.

૭ સાત્વિક ખાન પા . શરીરને નિરોગી રાખી મનને સત્વગુણી અને સદ્ગુણી બનાવે છે.

૮ તામસી ખાન પાન જેવા કે મદ્યમાંસાદિના આહારથી મનને ત । ગુણી અને દુર્ગુણી બનાવી નીચપણાને પમાડે છે.

૯ પરોપકાર, દયા, ક્ષમા, સ્વાર્થત્યાગ, નિડરપણું, ઉત્સાહ, હીમ્મત, સ્વજનવાત્સલ્ય અને સ્વદેશસેવા ઇત્યાદિ ઉત્તમ ગુણો મનને ઉત્તમ બનાવી શરીરને આરોગ્ય અને આયુષ્ય આપે છે.

૧૦ શારીરિક અને માનસિક બન્ને પ્રકારની આરોગ્યતા જ્યાં હોય ત્યાંજ આરોગ્ય આયુષ્ય, આનંદ અને આબરૂ હોઇ શકે છે.

ઉપર સર્વ નિયમોનું હાલના સમયમાં જો કોઇએ યથાર્થ પાલન કર્યું હોય તો તે આપણા દેશના મુરબ્બી મહાત્મા દાદાભાઈ નવરોજીએજ કર્યું છે. અને તેથીજ તેમને હિન્દના દાદાની અપરિમિત ઉપમા આપવામાં આવી છે. ઉપલા નિયમોના પાલનથીજ ઉપર લખેલી ચાર વિભૂતિઓ-આરોગ્ય, આયુષ્ય, આનંદ અને આબરૂ પ્રાપ્ત કરેલી છે. કોઇ શરીરનું આરોગ્ય મેળવે છે, તો આબરૂ મળતી નથી. કોઇ આબરૂ મેળવે છે, તો આરોગ્ય અને આયુષ્યની ખામી હોય છે. પણ જેણે આરોગ્ય આયુષ્ય અને આબરૂ ત્રણે મેળવ્યાં હોય તેને આનંદની શી ખોટ છે? રાજર્ષિ દાદાભાઇને થોડા દિવસ ઊપર ૮૬મું વર્ષ બેઠું છતાં આ સ્વદેશભક્ત હિન્દના દાદા સ્વદેશસેવા રૂપ રાજસૂય યજ્ઞની વેદીમાં અવિચ્છિન્ન આહુતિઓ આપે છે. આ રાજસૂય યજ્ઞમાં છતાં એ આપણા દાદા આપણા કરતાં વધારે તન્દુરસ્તી વધારે તન્દુરસ્ત અને વધારે જુવાન દેખાય છે, જ્યારે આ દેશના કેટલાક પેન્શનરો ૫૦-૬૦ વર્ષની વયમાં અવસ્થાવાળા થયા છે, ત્યારે આપણા દાદા નરરત્ન દાદાભાઇ પોતાની ૮૬ વર્ષની ઉમ્મરે પણ પોતાના સ્વદેશને માટે રાત દિવસ કાળજી રાખે છે. અમે મી. દાદાભાઇનો છેલ્લામાં છેલ્લો ફોટો જોયો છે. ખરે! આપણા દાદામાં નવી જુવાની આવી હોય એમ લાગે છે. તે શાથી? એમના સાદા વર્તનથી, ઉચ્ચા સદ્‌ગુણથી, ઉદ્યોગીપણાથી અને મદ્યમાંસાદિનો જીંદગીમાં સ્પર્શ નહિ કરવાથી. દાદાભાઇની છેલ્લી વર્ષગાંઠને દિવસે એક અઠવાડીક પત્રનો એડીટર એમને મુબારકબાદી આપવાને ગયો હતો. એડીટરે આનંદાશ્ચર્યની વચમાં દાદાભાઇને એક જુવાન માણસ જેવા જોઇને પૂછ્યું કે "દાદા! આપની વય વૃદ્ધ છતાં આપની તન્દુરસ્તી પરિપૂર્ણ જણાય છે. આપ એક જુવાન માણસના જેવા જણાઓ છો. આપ શરીરસંરક્ષણના કેટલાક નિયમો પાળો છો તે કૃપા કરી મને લોકના હિતમાટે જણાવો."

આ પ્રશ્નના ઉત્તરમાં દાદાએ કહ્યુંકે "મેં આખી જીંદગીમાં દારૂ પીધો નથી, હું તંબાકુને અડકતો નથી, માંસનો સ્પર્શ કરતો નથી, તેજાના તથા આચાર (અથાણાં) ખાતો નથી, તમોગુણી ખાન પાન તથા તમોગુણીની સંગતિ તથા તમોગુણી આચાર વિચારને મેં નાનપણથીજ તિલાંજલી આપી છે, હજી સખ્ત મહેનત કરૂં છું. અને મારૂં સર્વેદર કામકાજ નિયમિત રીતેજ થાય છે." આટલું કહી ઉપરના શરીર સંરક્ષણના દશ નિયમો કહી સંભળાવ્યા.

દાદાભાઇના ઉપલા શરીર સંરક્ષણના નિયમો ધ્યાનમાં લેતાં એટલું સિદ્ધ થાયછે કે એકલું સ્થૂલ શરીર મસ્ત બનાવવું એ કાંઈ ખરી આરોગ્યતા નથી, પણ મનને-સૂક્ષ્મ શરીરને, ઉત્તમ ભાવનાઓથી, સુસંસ્કારોથી અને સદ્‌ગુણોથી વિભૂષિત કરવું એનું નામજ ખરૂં આરોગ્ય છે. દાદાભાઇના ઉપલા સદ્‌ગુણોમાં "સ્વદેશભક્તિની ઉપાસના" એ એક

સર્વોત્તમ ગુણ છે. ઉપાસનાના અનેક પ્રકારોમાં ' વીરાટોપાસના ' સર્વોત્તમ ઉપાસના છે. નરરત્ન દાદાભાઇ આજ લગભગ અર્ધી સદી થયા વીરાટોપાસના કરે છે તેતરીશ કોટી દેવોની (હાલ હિન્દમાં તેતરીશ કોટી પ્રજા છે તેની) ઉપાસના કર્યા કરે છે. 'મારા દેશ' અને ' મારી જન્મભૂમી ' એ તેમની ઉપાસનાનો પરમ મંત્ર છે. અન્ન અને દાંતને વેર થઇ પડેલા હિન્દના અસંખ્ય મનુષ્યોને નિર્ધનતાના ભૂખમરામાથી ઉગારવા ઉપલા મંત્રનો તેઓ નિરંતર જાપ કરે છે. અને તેમની વીરાટોપાસનાના પરમ પ્રશસનીય મંત્રની સિદ્ધિ માટે મિતાહાર સાત્વિક ખોરાક અને સદાચરણની મુખ્ય જરૂર હોવાથી એ નરરત્ને સર્વ વ્યસનોને માદક અને ઉત્તેજક પીણાઓને અને ઇન્દ્રિઓને ઉન્મત્ત બનાવે એવા સર્વ પદાર્થોને હમેશને માટે દૂર કર્યા છે.

આ ઉપરથી માદક પદાર્થના વ્યસનીઓએ સમજવું જોઇએ કે નરરત્ન દાદાભાઇએ આરોગ્ય, આયુષ્ય, આનંદ અને આબરૂ આ ચાર પદાર્થો પોતાની જીંદગીમા સપાદન કરવાને શું કાઇ જડીબુટ્ટીનું સેવન કર્યું છે ? કે કોઇ દેવની ભક્તિ કરી છે ! કે કોઇ મહાત્માની કૃપા મેળવી છે? એમાંનું કાંઇજ કર્યું નથી. માત્ર એમના સાત્વિક ખોરાક અને સદ્ગુણોથી ઉપલા ચાર પદાર્થો હમેશને માટે મેળવ્યા છે, એમના સ્થૂળ શરીરનો ક્ષય થયે પણ એમનું યશઃ શરીર સદાને માટે કાયમ રહેશે.

' ખાન પાન એ સ્થૂળ શરિરનો ખોરાક છે ' ' સદાચરણ અને સદ્ગુણ એ સૂક્ષ્મ શરીરના ખોરક છે. ' અને એ બન્ને મળીને આરોગ્ય તથા આયુષ્યની વૃદ્ધિ કરે છે. "

" સત્સંગ "



PRESS MESSAGE No. 1. (11-7-1910).

(With compliments of Labhashankor Laxmidas, Junagad India.)

Vegetarian Victory

London County Council's Experiment.

For six months during 1908, 10,000 children in London were provided with a vegetarian meal by Miss F. I. Nicholson, Secretary of the London Vegetarian Association and at another kitchen provided by the London county council a meat diet was provided for the same number of children ; at the end of six months the children of both parties were examined by medical men and it was proved that the vegetarian children were better in health, heavier in weight, firmer in muscle, and clearer of skin than the children fed on meat diet.

Many thousands of the poorest children of london are now fed on the vegetarian diet by the London Vegetarian Assosciation under the superintendence of the London County Council and at their request.

" अन्न फळाहार मतवादीनी जीत."

લંડનની ધારા સભાનો અજમાયશ.

રા. રા. લાભશંકર લક્ષ્મીદાસ જુનાગઢ—નમસ્કાર સાથે લખી જણાવે છે કે, લંડન અન્ન ફળાહાર મતવાદીની સભાના મંત્રી મીસ. એફ નીકોલસન તરફથી સન ૧૯૦૮ નાં સાલ દરમ્યાન ૭ મહીના સુધીમાં ૧૦૦૦૦ છોકરાઓને લંડનમાં અન્ન-ફળાહાર પુરો પાડવામાં આવ્યો હતો, ત્યારે બીજી જગ્યાએ લંડનની ધારા સભા તરફથી તેટલીજ સંખ્યાનાં છોકરાઓને મદ્યમાંસનો મિશ્રિત ખોરાક ખવાડયો હતો. ૭ મહિના આખરે ઉપલા બન્ને બાજુના સરજન ડાકટરો પાસે ખાસ તપાસ કરાવી હતી તો જે છોકરાઓ માંસ મિશ્રિત ખોરાક લેતા હતા તેના કરતાં અન્ન ફળાહાર લેનારાઓ તન્દુરસ્તીમાં વધારે, વજનમાં વધારે, સ્નાયુમાં વધારે મજબુત અને તેઓની ચામડી પણ વધારે સાફ જણાતી એમ જોનારાઓ તરફથી સાબિત થયું હતું.

લંડનમાં સૌથી ગરીબમાં ગરીબ અસંખ્ય છોકરાઓને લંડન જીલ્લાની ધારા સભાની દેખરેખ નીચે રાખી લંડનની અન્ન ફળાહાર સોસાયટી તરફથી ખવાડવામાં આવે છે.

"સત્સંગ"

तारओ अने पृथ्वि वचेनो संबंध.

—:o:—

જે ચીજને આપણે દરરોજ જોઇયે છતાં જેને વિષે આપણને સૌથી ઓછું જ્ઞાન છે, તે આકાશમાં દરરોજ રાત્રીએ ઉગતાં અનેક તારાઓ છે. કેટલાકો તેને નાના દીવાઓ ધારે છે, જે તેઓના ધાર્યા પ્રમાણે ઇશ્વરે આકાશમાં ગોઠવી દીધા છે; જ્યારે ખગોળ વેત્તાઓ અને બીજા વિદ્વાનો તેને આ પૃથ્વિ કરતાં વધારે મ્હોટી પૃથ્વિઓનાં ચળકતાં બીંબો તરફ માને છે. તેઓએ એ સંબંધમાં જે શોધો કરી છે અને હજી પણ કર્યો જાય છે, તે કોઇને પણ આશ્ચર્ય ચકિત કરવા પુરતી છે. આપણી પૃથ્વિને આપણે એક એક વસ્તુ તરીકે માનીયે છીયે કે જેના વિસ્તારનો છેડો પણ નથી; પણ તે કરતાં સૂર્ય ઘણો મ્હોટો છે, અને સૂર્ય કરતાં પણ અનેક ગણા મોટા તે આકાશમાં તણખલા જેવા દેખાતા તારાઓ છે. આપણે જે સૂર્યનો પ્રકાશ દરરોજ મેળવીએ છીયે. તેની આસપાસ અનેક

ઉપયોગ કરે છે, તેમ તારાઓ પાછળ પણ ઘણા ઉપયોગ કરે છે. આપણે જે તારાઓ દરરોજ જોઇયે છીયે, તેની પાછળ પણ બીજા તેવા ઘણા તારાઓ છે કે જે આપણે કદી પણ જોઇ શકતા નથી. તેની પછાડી અને વળી તેની પછાડી પણ તારાઓ હશે, જેમને ખુલ્લી આંખે જોઇ શકાય તેમ નથી. આ ઉપરથી સમજી શકાશે કે, આપણી પૃથ્વિ સિવાય બીજી પણ પૃથ્વિઓ હશે, અને આ વિશ્વ એવું છે કે જેની કલ્પના કરવી પણ અશક્ય થઇ પડે છે. પણ તે ગિના બાજુએ રાખતા પૃથ્વિથી તે કેટલા દૂર છે, તેનો જ્યારે આપણે વિચાર કરીયે છીયે, ત્યારે આપણી બુદ્ધિ કામ કરી શકતી નથી ખગોળવેત્તાઓએ તે સંબંધમા બારીકમા બારીક અવલોકન કર્યા પછી પણ હાલમાં આપણે તે વિષે જે જાણીયે છીયે તેનો પ્રસક્ષ પુરાવો આપવાનુ કામ મુશ્કેલ છે. ધ્રુવના પ્રકાશિત તારાના સબધમા એવી ગણત્રી કરવામાં આવી છે કે, તે પૃથ્વિથી એટલો બધો દૂર છે કે, **તેના પ્રકાશને અત્રે દેખાવા માટે ચીસ્તાળીસ વર્ષ લાગે છે.** અને જો તે કોઇ વખત દેખાતો બંધ પડે તો, તે પાછો તરત ઉગે છતા તેનો પ્રકાશ અહિં આપણને દેખાય તે માટે લગભગ પચાસ વર્ષની મુદત જોઇયે. પણ આ તારોજ એવો નથી, કે જે ઘણો દૂર છે. આપણી અને સૂર્યની વચ્ચે નવ કરોડ ત્રીશલાખ માઇલનું અંતર છે. તે અંતરને ૨૦૬૨૬૫ (બે લાખ છ હજાર બસેને પાસઠ) ના આંકડાથી ગુણતા જે રકમ આવે તેટલા મૈલના અંતરપર ઘણાક તારા છે. તારાઓનું અંતર જાણવા માટે પ્રથમ તેની "પૅરેલૅક્સ" જાણવી પડે છે, એટલે કે, પ્રથમ તો પૃથ્વિના વર્તુળની બે સામસામી બાજુથી જોતાં તેનો કેટલો ખુણો પડે છે, તે પ્રથમ નક્કી કરવામાં આવે છે. "આ ખુણાને પૅરેલૅક્સ કહે છે. કેટલાક તારાઓનો ખુણોજ જણાતો નથી, અને કોઇ કોઇના સંબધમાં તે અત્યત નાનો હોય છે, જે તારાની પૅરેલૅક્સ હમણાના જમાનામા મ્હોટી ગણાય છે, તે તારો દક્ષિણ ગોળાર્ધમાં આવેલો છે, અને ખગોળવેત્તાઓએ તેને "આલ્ફા સૅનટ્યુરી" નામ આપ્યું છે. તેનો પ્રકાશ બીજા તારા કરતા વધુ ગણાય છે, તેથી ખગોળવેત્તાઓ તેના પ્રકાશને પહેલા "મૅગ્નીટ્યુડ" નો કહે છે. એ તારા અને પૃથ્વિ વચ્ચેનું અંતર ૨,૫૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦૦ માઇલનુ ગણાય છે, આ અંતર તો એક પાસેના તારા અને પૃથ્વિ વચ્ચેનું છે, પણ તે કરતાં બીજા ઘણા વધારે અંતરે તારા છે, જેઓ કેટલા બધા દૂર હશે તેની કલ્પના પણ થવી અશક્ય છે. છતા બારીક ગણત્રીઓ કરી ખગોળવેત્તાઓ કહે છે કે, કેટલાક તારાઓ એટલા બધા દૂર છે કે, તેઓનો પ્રકાશ પૃથ્વિ પર આવતાં દશહજાર વર્ષો નિકળી જાય છે, જો કે તે પ્રકાશ દર વિપળે ૧૮૬૦૦૦ (એક લાખ છાશી હજાર) માઇલની ઝડપથી ચાલે છે. આ ઉપરથી તેઓ કેટલા બધા દૂર છે, તેનો ખ્યાલ આવી શકશે. કેટલાક તારા એટલા દૂર છે કે જેનો પ્રકાશ પૃથ્વિ પર આવતા પચીશ હજાર અને પચીશ હજાર વર્ષો પણ પસાર થઇ જાય છે.

"G." મું. સ. તા. ૩-૮-૧૦



हिंदुस्तानमां क्षयनो रोग.

હાલના સમયમાં હિંદુસ્તાનના જૂદા જૂદા ભાગોમાં જે ચળવળ થઈ રહી છે, તે ઉપરથી લોકોના સમજવામાં આવ્યું હશે કે ક્ષય રોગે હિંદુસ્તાનમાં ઘર ઘાલેલું છે. ક્ષય રોગનો પ્રચાર અનેક કારણોને લીધે ઘણો વધી ગયેલો હોવાથી આ રોગનાં દર્દીઓને માટે, અને તેમાં ખાસ કરીને સાધારણ સ્થિતિનાં દર્દીને માટે, અમદાવાદ જીલ્લાના નામાંકિત અને પરોપકારી ન્યાયાધીશ મી. દયારામ ગીદુમલ, મી. બેહેરામજી મલબારી વગેરે ગૃહસ્થોએ ઉત્તર હિંદુસ્તાનમાં–ધરમપોરમાં ખાસ સંસ્થા ઉઘાડી છે ને તેમાં અનેક દર્દીઓ દાખલ થઈ આ દુષ્ટ રોગથી બચવાના પ્રયત્ન કરે છે. વળી આ રોગનો પ્રચાર વધવાના કારણથીજ અને સાધારણ ગુંજાસનાળાં, તેમ ગરીબ કુટુંબોને પૂરતી મદદ અને સારવારનું રમાણું બને તેટલે દરજ્જે નજદિકમાં મળે તેવા હેતુથી મુંબઈ ઇલાકા માટે, સ્વર્ગવાસી પ્રિય શેહેનશાહ એડવર્ડ સાતમાની યાદગીરી નિમિત્તે જે મોટું ફંડ એકત્ર કરવા ડયું છે, તેનો ઉપયોગ આ રોગથી પીડાતાં લોકના દુઃખના નિવારણાર્થે એક સંસ્થા ંબઈ શેહેરની પાસે ઉભી કરવાની ધારણા લાગતા વળગતા ગૃહસ્થો તથા અધિકારી ર્ગે રાખેલી છે. આ પ્રમાણે ક્ષયના રોગના સંબંધમાં આવી ચર્ચા ચાલુ રહી છે તેથી મારા વાચકવર્ગને આ રોગ સંબંધી કેટલીક માહિતી આપવાને માટે, અને તેને દૂર ખવાના પોતાનાથી બની શકે તેવા ઇલાજોથી વાકેફ કરવાની માટે અમે આ સ્થળે મી. જે. મ. મૅકફઇલ નામના સદ્‌ગૃહસ્થે બહાર પાડેલા લેખમાંની મહત્વની બાબતો તથા તેમણે ર્શાવેલા વિચારો પ્રકટ કરવાની જરૂર ધારીયે છિયે. મી. મૅકફેઇલ સાહેબ "હિંદુસ્તાનમાં યનો રોગ" એ સંબંધી નીચે પ્રમાણે લખે છેઃ—

હાલ કેટલાંક વર્ષથી આ દેશમાં ક્ષયનો રોગ ઘણો ભય ઉપજાવે તેવા વેગથી પ્રસરતો જાય છે, તે બાબત ઉપર હિંદમાં વૈદકીય ધંધો કરનારા ગૃહસ્થોનું લક્ષ ખેંચાયલું છે. બંગાળાની એશિયાટીક સોસાયટીની વૈદકીય શાખા ૧૯૦૮ ની સાલમાં આ વિષય ઉપર પુખ્ત વિચાર ચલાવવાને માટે બે માસ સુધી રોકાયલી હતી: તપાસના પરિણામમાં એમને એવું માલુમ પડ્યું કે, સાધારણ રીતે ઉષ્ણ કટિબન્ધના ગણાતા ચરદના મૅલેરીયાના તાવ અને કોલેરા જેવા કોઈ પણ રોગના કરતાં ક્ષયનો રોગ બંગાળાના ભાગમાં વધારે મોટો ભોગ લેનારો છે. તેમની તપાસ દરમ્યાન એવું પણ નિકળી આવ્યું હતું કે, કલકત્તા શહેરમાં મરી ગયલાં માણસોનાં મુડદાંની પાછળથી વૈદકીય તપાસ કરી તે વખતે ૧૭ ટકા જેટલાં માણસોના મોતનું કારણ, એક અથવા બીજા રૂપમાં, ક્ષયનો રોગ એ હતું; આ ઉપરાંત વળી કુલ મરણના ૨૫ ટકા જેટલાં માણસોનાં મોતનાં કારણ જો કે બીજાં બતાવવામાં આવેલાં, પરંતુ એવી હકીકત મળી આવી હતી કે, તે દર્દીઓને તેમની હેયાતીમાં એક વખત ક્ષયનો રોગ થયલો હતોજ. વળી એવું પણ જણાવવામાં આવ્યું હતું કે, કલકત્તાની 'જનરલ હોસ્પીટલ'માં દાખલ થયલાં દર્દીઓ પૈકી ૧૦ ટકાને ક્ષયનો રોગ લાગુ પડેલો હતો. આ રોગ અમુક કોમનેજ લાગુ પડેલો હતો એવું નહોતું, પરંતુ યુરેશિયનો યુરોપિયનો અને હિંદવાસીઓ, એ સઘળી કોમમાં આ રોગનો પ્રવેશ થયો હતો; તેમાં વળી મુસલમાન કોમની સ્ત્રીઓને તે રોગ વધારે જલદીથી વળગતો હતો, એવું પણ

જણાયું હતું. ક્ષયને લીધે મુસલમાન કોમની સ્ત્રીઓમાં ૧૦૦૦માં ૫-૮ મૃત્યુ થયાં હતાં, અને હિંદુ સ્ત્રીઓમાં ૧૦૦૦માં ૩ થયાં હતાં.

મૉન્ટ્રીલમાં સ્થપાયલી 'એન્ટિ-ટયુંબરક્યુલોસીસ' એસોસિયેશન, ક્ષયરોગ પ્રતિબંધક મંડળ-તરફથી પ્રકટથયલા એક ચોપાનિયા ઉપરથી, આ દેશને લાગુ પડે તેવી રીતે તૈયાર કરીને મુંબઇની 'સેવાસદન' નામની પ્રખ્યાત સંસ્થાએ એકાદ વર્ષ ઉપર એક ઉપયોગી 'ક્ષયરોગ સંબંધી પ્રશ્નોત્તરી' છપાવી બહાર પાડેલી હતી. આ નાનકડા પુસ્તકમાં જણાવ્યા પ્રમાણે ૧૯૦૬-૭ની સાલમાં મુંબઇમાં ૬૦,૬૧૫ માણસો ક્ષયરોગને લીધે મરણ પામ્યાં હતાં. મધ્ય પ્રાંતોમાં પાંચ વર્ષની મુદતમાં માત્ર ક્ષયરોગને લીધે થયલાં મૃત્યુનું પ્રમાણ બમણું થયું હતું અને પાંચ વર્ષ પૈકી છેલ્લા વર્ષમાં મરણની સંખ્યા ૧૧,૬૦૯ની હતી. પરંતુ મદ્રાસમા તો આ રોગ અતિ ત્વરાથી પ્રસરતો જાય છે. સને ૧૯૦૨માં મરણની સંખ્યા ૫,૦૪૨ બતાવવામાં આવેલી તે વધીને ૧૯૦૬ની સાલમાં ૨૩,૩૭૮ જેટલી મોટી થઇ ગઇ હતી, અને તે ક્ષયના રોગને લીધેજ. પૂર્વ બંગાળાઅને આસામમાં પાંચ વર્ષોમાં મૃત્યુ સંખ્યા ચોગણી થઇ ગઇ છે, અને તેજ વખતમાં પશ્ચિમ બંગાળામાં ૫,૬૬૬ ની સંખ્યા હતી તે વધીને ૧૨,૮૨૫ જેટલી થઇ હતી સને ૧૯૦૬ માં ફેફસાંના દરદોને લીધે સંયુક્ત પ્રાંતોમાં ૨૦,૦૦૦ માણસોનો ભોગ થયો હતો, પંજાબમાં ૫૭,૦૦૦ કરતા વધારે, અને વાવ્ય સરહદી પ્રાંતોમાં ૧,૩૮૩ માણસો ભોગ થઇ પડ્યાં હતાં. હાલ થોડી મુદત ઉપર મેળવેલી હકીકત ઉપરથી જણાયું છે કે કલકત્તામાં પુરૂષ વસ્તીના દર ૧૦૦૦ પુરૂષે ૨-૫, અને સ્ત્રી વસ્તીના દર ૧૦૦૦ સ્ત્રીએ ૮-૫ ક્ષયરોગને લીધે મરણ પામે છે. મુંબાઇમાં આખી વસ્તીના દર હજારે એ રોગથી ૩-૫ મરણ પામે છે. વળી કલકત્તામા માલમ પડયું છે તેમજ મુંબઇમાં પણ મુસલમાન કોમની સ્ત્રીઓમાં આ રોગ ઘણોજ વધારે ફેલાયલો છે, કેમકે તેનું પ્રમાણ દર હજારે ૫-૮ છે. ઇગ્લાંડ અને વેલ્સમાં ઠંડી વધારે છે અને શરદી પણ વધારે રહે છે, અને તે કારણથી ક્ષયનો રોગ સ્વાભાવિક રીતે ત્યાં વધારે માણસોને લાગુ પડી જવો જોઇએ, છતા હિંદુસ્તાનમાં મોતની સંખ્યાના પ્રમાણ કરતાં ત્યાંનું પ્રમાણ ઓછું

ગ્યતાને ભારે નુકસાનકારક થઇ પડે તો એક મોટી આફત આવી પડેલી સમજવાની છે. આવી સ્થિતિ થવાનાં કારણો ક્યાં છે, અને તે અટકાવવાના ઇલાજો ક્યા છે, તેની તપાસ કરવી એ બાબત શાસ્ત્રીય રીતે ઓછી જરૂરની નથી, તેમ વ્યવહાર દૃષ્ટિએ મુખ્ય અગત્યના બાબત છે.

શાળાના શિક્ષકો, કોલેજોના પ્રોફેસરો, અને કેળવણીની બાબતમાં જેને થોડો ઘણો પણ સંબંધ છે તેમનું લક્ષ આ મહત્વની બાબત ઉપર દોરવાનાં ખાસ કારણો છે. ક્ષયરોગનું મૂળ કારણ કેળવણી છે, એવું કેટલાક લોકો કહે છે, તે માન્ય રાખી શકાય તેમતો નથીજ. જેમ કલકત્તામાં તેમ મુંબઇમાં જે વર્ગને આ રોગ સહજ લાગુ પડી જાય છે તે મુસલમાન સ્ત્રીનો વર્ગ છે, અને બીજી કોઇપણ કોમમાં કેળવણીનો પ્રસાર એ વર્ગના કરતાં કમી થયેલો નથી. તેમ છતાં પણ, એટલું તો કબુલ કર્યા વગર ચાલે તેવું નથીજ કે, કેળવણી આપવાનું કામ હાલ આરોગ્યતાને નુકશાન કરે તેવા સંજોગો વચ્ચે ઘણે ભાગે ચાલે છે એટલે કે પૂરતી હવા કે અજવાળું ન હોય ત્યાં શિક્ષણ આપવું, હદ કરતાં વધારે વિદ્યાર્થીઓને એક ખંડમાં બેસાડવાં, હદ કરતાં વધારે કામ લેવું, માનસિક ચિંતા હોવી, હલકા પ્રકારનો અને ખરાબ રીતે તૈયાર કરેલો ખોરાક બાળકોને આપવો એ સંજોગો ખરેખર આરોગ્યતાને ઘણા નુકશાનકારક છે. નિશાળ અને કોલેજમાં વિદ્યાર્થીઓ અભ્યાસ કરતાં હોય છે તે વયમાં તેમનાં શરીરનો બાંધો અને રચના એવી સ્થિતિમાં હોય છે કે તેને ક્ષય તથા બીજા ઘણાક રોગો સહજ લાગુ પડે. હિંદુસ્તાનમાં કેળવણી પામેલા વર્ગોમાં ક્ષયનો રોગ ફેલાયલો છે, અને હજી ફેલાતો જાય છે, એવો ઘણાના મનમાં ભાસ થયેલો છે, પણ તેને બદલે એવું કહેવું યોગ્ય થશે કે બીજા દેશોની માફક આ દેશમાં પણ જે ધંધામાં બેઠે બેઠે અને ઘરમાંજ રહીને કામ કરવાનું હોય છે તેવા ધંધામાં રોકાયલા લોકોને આ રોગથી પીડાવાની ધાસ્તી ઘણી વધારે રહે છે. કેટલાક અનાથ બાળકાશ્રમોમાં (ઓરફનેજ) અને વસતિ ગૃહશાળાઓમાં આ રોગ ફેલાઇ ગયો છે એ વાત ખરી છે, પણ તેમાં દાખલ થયલાં બાળકો પૈકી કેટલાંક મૂળ દુકાળમાં રખડતાં, અનાથ બાળકો હતાં અને દાખલ થતી વખતેજ તેમનાં શરીર બેહાલ થઇ ગયલાં હતાં એ બાબત ખાસ ધ્યાનમાં રાખવા જેવી છે.

ક્ષયરોગના કારણ તારીકે કેળવણીને, અગર હાલ જે ભૂલ ભરેલા સંજોગો વચ્ચે કેળવણી અપાય છે, તેને ગમે તેટલે અંશે જવાબદાર ગણવામાં આવે, તો પણ એટલું તો ખરૂં છે કે ક્ષયરોગને દૂર કરવાના ઇલાજો લેવાના સંબંધમાં જે પ્રયાસ કરવામાં આવે તે પ્રયાસમા કેળવણી આપવાનાં સાધનો અને કેળવણી આપવામાં મદદગાર માણસોની પૂર્ણ સહાયતા મેળવવાની ખરેખરી આવશ્યકતા છે. શિક્ષક વર્ગ પોતાના શિષ્યોનાં માત્ર મન સુધારવાનાજ જવાબદાર નથી; પરંતુ તેમની શારીરિક સંપત્તિ ઉપર પણ તેમણે પુરતું લક્ષ આપવાનું છે, અને પ્રજાસમસ્તમાં આરોગ્યતાના નિયમોનું ખરૂં અને સંગીન જ્ઞાન પ્રસરે તેવી વ્યવસ્થા રાખવાને તેમને ઘણી સારી તક મળે છે. સારે નસીબે ક્ષયનો રોગ **એ અટકાવી શકાય છે, તેમ તે સારો પણ કરી શકાય છે,** અને તે અટકાવવાને માટે તેમજ રોગ થયા પછી તેને મટાડવાને મોટું **મુખ્ય સાધન જ્ઞાન છે** આ રોગની કોઇ પણ દવા હોય તો તે દરેક માણસ પોતે મેળવી શકે તેવી છે; પરંતુ તે મટાડવાના

ઉપાયનાં મૂળતત્વો પૂર્ણરીતે લક્ષમાં આવવાને માટે તેનું રોગ થવાનું કારણ શું છે તે બરોબર સમજવાની ઘણી જરૂર છે.

કૉક નામના પ્રખ્યાત વિદ્વાન ડાકટરે ૧૮૮૨ ની સાલમાં ક્ષય રોગના જંતુ (બેસીલસ ટ્યુબરક્યુલોસીસ) ની શોધ કરી, તેની હકીકત બહાર પાડી હતી; આ જંતુને લીધેજ ક્ષયનો રોગ થાય છે ને પ્રસરે છે એવું હાલમાં સામાન્ય રીતે માનવામાં આવે છે. બીજા કેટલાક શોધખોળ કરનારાએ પણ લગભગ આવી શોધ કરેલી હતી, અને તેવી શોધ થવાથી ક્ષય રોગનું સ્વરૂપ અને નિદાન—ચિન્હો—સહજમાં સમજી શકાયાં છે. ક્ષય રોગ એ વંશ પરંપરાથી ઉતરી આવતો રોગ છે એવું હાલ સુધી ગણવામાં આવતું હતું, પણ તે મત હવે બદલવાનો આધાર મળેલો છે. કેટલાક કુટુંબમાં એ રોગ સ્વાભાવિક રીતે વારસામાં ઉતરતો હોય એવું બહારથી દેખાય છે, પરંતુ ઘણીખરી જગ્યાએ એક વ્યક્તિનો ચેપ કુટુંબના બીજા માણસને લાગે તે કારણ જણાય છે, અગરતો કુટુંબનાં બધાંજ માણસો એક સરખીરીતે આરોગ્યતા ને હાનિ કરે તેવી સ્થિતિ અને સંજોગોમાં રહે છે, તેને લીધે પેઢી દર પેઢી રોગ ઉતરતો જણાય છે. **બાળક જન્મે છે તેજ વખતે તેની સાથે તેને ક્ષય રોગ લાગુ પડેલો હોય છે, એવું માલમ પડયાનો કોઈ જગ્યાએ દાખલો નથી;** ઘણું તો એટલુંજ કે નાની વયમાંથીજ તેવા રોગનો તે ભોગ થઇ પડે છે.

લગભગ દરરોજ નવા નવા રોગોનો ક્ષયરોગના વર્ગમા સમાવેશ થતો જાય છે; આવી જાતના—વર્ગના—સર્વ રોગોમા તપાસવાનું હોય છે તેમ, આ સબંધમાં બે બાબતોનો વિચાર કરવાનો છે. એક રોગનો જંતુ અથવા બી, અને બીજું જે જમીનમાં તે થાય છે કે વધે છે તે, કેટલાક રોગના જંતુ (અથવા ' બેસીલાઇ') શરીરની બહાર, પાણી અથવા જમીનમાં પેદા થઇને ફેલાય છે, અને બીજા કેટલાક જંતુને વધવાને માટે સજીવ શરીરમાં વાસ કરવાની જરૂર પડતી જણાય છે. ક્ષય રોગનો જંતુ આ બીજા વર્ગનો છે. મનુષ્ય પ્રાણીને ક્ષયનો રોગ લાગુ પડે છે તેની જાત અને ગાયના ક્ષયરોગની જાત એકજ છે કે કેમ, એ વાદગ્રસ્ત બાબત છે પરંતુ એ બાબતમાં પ્રવીણતા મેળવેલી તેવા ગૃહસ્થોનો લગભગ એકમત એવો છે કે, તે બેના રોગ એકજ નહીં હશે; તો પણ નિદાન એવા મળતા છે કે, તેનો ભેદ બતાવવો કે સમજવો એ બને તેવું નથી, અને તેથી કરીને આવી માન્યતા રાખીને તેથી રક્ષણના ઉપાયો યોજવા અને અમલમાં મુકવા એ સલામતી ભરેલું ગણાશે. હવે ક્ષયરોગનો જંતુ સજીવ શરીરની બહાર વૃદ્ધિ પામતો નથી, તો પણ અનિશ્ચિત મુદત પર્યંત પોતાનું જોર ચાલુ રાખવાની તેનામાં શક્તિ રહેલી છે, અને આ કારણથી બીજાં માણસોને દુષિત કરવાનું સાધન તે બની શકે છે, ક્ષયરોગી માણસના થુંકમા આવા જંતુની મોટી સંખ્યા માલમ પડે છે, અને અંધારામાં આ થુંકને સુકાવા દેવામાં આવે તો, સુકાયલા છતાં સજીવ જન્તુઓ ધુળલાં ભળી જાય છે-ભૂકી જાય છે, અને પછી પવનના ઝપાટાથી આમ તેમ ખેંચાઇ જાય છે, આ રોગીની પથારી, ગોદડાં, દુવાલો પહેરવાનાં કપડાં, પાસે રહેલો સરસામાન, ઘરની ભીંત અને ભોંય, પીવાનાં અને ખાવાનાં વાસણો, એ બધાં દુષિત થઇ શકે છે, અને તે રીતે ચેપ ફેલાવવામાં તે ચીજો કારણભૂત થાય છે. બીજાં માણસોને ચેપ ન લાગે અને બીજી

ચીજો દુષિત ન-થાય તેને માટે સલામતી ભરેલા અને કુદરતી-સ્વભાવિક મુખ્ય ઉપાયો બે છે— (૧) સુર્યનો તડકો-જેથી જંતુઓ તુરત નાશ પામે છે; અને (૨) ખુલ્લી તાજી હવા-જેમાં તે એટલા બધા ભેળસેળ થઇ-હિસાબ વગરના થઇ જાય છે કે, પ્રમાણમાં તેની અસર હાનિકારક થતી નથી. આ બે કુદરતી રક્ષણકર્ત્તાને કૃત્રિમ વસ્તુઓથી સહાયતા આપી શકાય તેમ છે અને તે આપવી જોઇએ, કોઇપણ રીતે ઉપયોગી નહીં અને દરેક રીતે વાંધા ભરેલી એવી થુંકાવી દેવાની, અને ખાસ કરીને લોકોની અવર જવર હોય તેવી જાહેર જગ્યાએ અને ભાડાની ગાડીઓમાં થુંકવાનો પ્રતિબંધ કરવાની ઘણી આવશ્યકતા છે, અને તેને માટે દરેક પ્રકારે પ્રયાસ કરવો ઘટે છે. ક્ષયરોગ વાળા દર્દીઓના થુંકને દેવતાથી બાળી નાંખવાની અગર જંતુનાશક તથા હવા શુદ્ધ કરનારા પદાર્થોથી તેનો વિકાર દૂર કરવાની હમેશાં સાવચેતી રાખવી જોઇએ, રાંધેલો ખોરાક જરૂર કરતાં વધારે વખત સુધી રાંધ્યા પછી હવામાં ખુલ્લો રાખી મુકવો નહીં, પાણી અને દુધનો ઉપયોગ—ખાવા પીવામાં—કરતાં પહેલાં તેને ઉકાળવાં જોઇએ, અને કાચો રાંધ્યા વગરનો-ખોરાક ઉપયોગમાં લેતાં પહેલાં ઘણી સાવધગીરી રાખવી. કેટલાક અનુભવી ડાકટરોએ હિંદુસ્તાનમાં એવોજ નિયમ રાખ્યો છે કે રંધાઇ તૈયાર થયો કે તુરત ખાવાની જગ્યાએ જે ખોરાક આવ્યો નહોય તેને કદી અડકવું=નહીં-તે કદી ખાવો નહીં. આપણી ખોરાકની વસ્તુઓમાંથી તાજાં લીલાં ફળ અને મેવો બાતલ કરવો એ કદાચ ઠીક નહીં લાગે, તોપણ તે ચોખ્ખો-સ્વચ્છ છે એવી ખાતરી કરવાની તો બેશક ઘણી જરૂર છે.

આ ઉપરાંત ક્ષયરોગ થતો અટકાવવાને માટે તથા તે મટાડવાને માટે **ઉપયોગીમાં ઉપયોગી સાધન માત્ર ખુલ્લી તાજી હવા છે**, હાલના વૈદક શાસ્ત્રની એ એક મોટામાં મોટી શોધ છે. યુરોપ અને અમેરિકામાં હજારો ક્ષયરોગના દર્દીઓની સારવાર માત્ર એજ છે કે તેમણે બને ત્યાં સુધી રાતના અને દિવસના, ગમે તેવી હવા હોય અને ગમે તે પ્રદેશ હોય તો પણ, ખુલ્લી હવામાં જ રહેવું. ક્ષયરોગને માટે ખુલ્લી હવાની સારવાર કરનારી એડિનબર્ગ 'સેનિટેરિયમના 'સુપરિન્ટેન્ડન્ટ ડૉ. આર. ડબલ્યુ. ફિલિપસાહેબે બેલફાસ્ટમાં ૧૯૦૯ની સાલમાં મળેલી બ્રિટીશ મેડીકલ એસોશિયેશનની બેઠકમાં આ હવાની સારવાર (Acrotherapy) થી રોગ દૂર કરવાની યોજના સંબંધે ઘણો રસિક અને આશા ભરેલો હેવાલ આપ્યો હતો, એડિનબર્ગના સેનિટેરિયમમાં' દર્દીઓ શિયાળાની ઘણીજ ઠંડી હવામાં પણ એવી ખુલ્લી જગ્યામાં સુવે છે કે, સવારના પહોરમાં તેમના બિછાનાની નીચેથી બરફવાળી ગાદલા જેટલો એકઠો થાયછે. હવાની સારવાર સંબંધે આ ડાકટર ફિલિપે ત્રણ મુદ્દા રજુ કર્યાહતા. (૧) વિવિધસ્થળ પ્રદેશની આબો હવાના સંબંધમાં આવી સારવાર કરવાનો પ્રયોગ સર્વસામાન્ય રીતે લાગુ પાડી શકાય છે. કેટલાક દેશો એને માટે ખાસ લાયક ગણાય, પરંતુ કોઇ પણ દેશમાં તેનો પ્રયોગ કરવો અશક્ય નથી, (૨)દરેક દર્દીના ઓરડામાં તે પ્રયોગ સર્વ સામન્ય રીતે કરી શકાય તેમ છે. 'સેનિટેરિયમો' નો ઉપયોગ છે ખરો, પરંતુ ગરીબમાં ગરીબ માણસ પણ પોતાનાજ ઘરમાં આ પદ્ધતે સારવાર કરી જોઇ તેનો લાભ મેળવી શકે તેવું છે. (૩) રોગના સંબંધમાં તે પ્રકારની સારવાર સર્વ સાંમાન્ય રીતે લાગુ પડે તેવી છે. ડા. ફિલિપ જણાવે છે કે, તેનાં ઘણાં ખરાં દર્દીઓ તેના આશ્રમમાં દાખલ થયાં તે વખતે, છેક ખરાબ થઇ ગયલાં ફેફસાં વાળાં હતાં, તો પણ પંદર વર્ષની લાંબી મુદ્દતની ખુલ્લી હવા નીસાર-

વાર દરમ્યાન તેમાંથી કોઇને પણ કાસશ્વાસ સસણી, ફેફસાંનો વરમ, અથવા ફેફસાંના આચ્છાદન પડનો તિવવરમ એમાંનો એક પણ રોગ લાગુ પડયો નહોતો. વળી આ સંસ્થામાં કોઇ રોગ એવો જણાયો નહોતો કે જે ઉડતો યા ચેપી હોય ઘણાને લાગુ પડયો હોય, અને તેમાં કામ કરનારા માણસોની તન્દુરસ્તી ઘણીજ સારી રહી હતી, આ ડાક્તર સાહેબ ખાતરીપૂર્વક એવું જણાવે છે કે, જો શરીરની ગરમી જાળવી રાખવા પૂરતી કાળજી રાખવામાં આવે, તો હવાની સારવાર (Aero-therapy) થી ક્ષયરોગ મટાડવાનો પ્રયોગ અગણિત બાબતોને લાગુ પાડી શકાય તેમ છે. આ સ્વચ્છ કરવાનું, પ્રતિકારવાળું અને મર્મસ્થાન સબળ કરનારૂં આ મહત્વનું ધોરણ છે તેની મહત્તા આપણે હજી હાલમાંજ સમજવા લાગ્યા છિયે; આ ધોરણે પ્રયોગ કરવામાં વખત અને નસીબના ઉપર ગોથમ આસ્થા રાખવાનું રહેતું નથી પણ તે પગમાં કુદરતના સાદામાં સાદા નિયમો અને તત્વો પૈકી એકનો ઉપયોગ કરવા ચોકસ પ્રયત્ન કરવા જેવું છે.

(અપૂર્ણ.)

સટીક કેશવકલ્યાણ.

(અનુસંધાન ગતાંક પૃષ્ટ ૩૨૪ થી.)

અનુવાદક પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.

(કઇ ઋતુમાં કયો દોષ રાજારૂપ હોય છે ?)

કફકો રાજ વસંત રૂત, ગ્રીષ્મ શરદ હૈ પિત્ત;
વર્ષા શિશિર હેમંતમેં, મારૂત રાજ કરંત. ૮૬

વસંત રૂતુમાં કફ, ગ્રીષ્મ તથા શરદમાં પિત્ત, વર્ષા, શિશિર અને હીમંતમાં વાયુ રાજારૂપ હોય છે જેથી તે તે રૂતુમાં જન્મ લેનારા રોગોમાં તે તે દોષ મુખ્ય રૂપે દર્શન દેતો હોય છે. ૮૬

(છએ રૂતુઓમાં હરડેના સેવનનો વિધિ-ચોપાઈ.)

ગ્રીષમ ગુડ વરષા સિંધુ ખાના, હીમંત શુંઠ શર્દ મિશ્રી કાના;
શિશિર કણા વસંત ક્ષુદ્ર ભોગી, ષટરીતુ હરડે ખાય નિરોગી. ૮૭

ગ્રીષ્મ રૂતુમાં ગોળ સાથે, વર્ષામાં સિંધવ સાથે, હેમંતમાં શુંઠ સાથે, શરદમાં સાકર સાથે, શિશિરમાં પીપર સાથે, અને વસંતમાં મધ સાથે હરડેનું સેવન કરવાથી નિરોગીપણું પ્રાપ્ત થાય છે. ૮૭

(રોગ થવાનાં મૂળ કારણો-દોહા.)

અન્ન હીન ધાતુ દહે, તૃષા રૂધિર શોષંત;
ધાતુ હીન દૃગ તેજ કમ, અનિંદ રોગ અઢંત. ૮૮

ભૂખ લાગેલે સમય અન્ન ન જમવાથી ધાતુઓ દગ્ધ થાય છે, અને તરસ લાગેલે સમય પાણી ન પીવાથી લોહી શોષાય છે. જેથી ધાતુઓ દગ્ધ થતાં રોગોને જન્મ મળે છે તથા આંખોનું તેજ મંદ–ઓછું થાય છે અને ઉજાગરા કરવાથી રોગોનો વધારો થાયછે.

(વિશેષ ખુલાસા સંબંધી ચોપાઇ.)

કરત ઉજાગર ગરમ ખવૈયા, બહુત કોપ મલમૂત્ર થંભૈયા;
અતિ અંગ શેકત ધૂપમેં પંથા, ખાત ખટાઈ મદિરા મંથા. ૮૯
અતિ ભૂખા કહતા જલ પીવૈ, કાગાસન દિનભર ઘન સોવૈ;
અતિ ભોગી ભય મનમેં કોઇ, કહે ધનંતર દર્દ યોં હોઈ. ૯૦

જે માણસ વારવાર ઉજાગરા કરે, ગરમ પદાર્થ ખાવાનો શોખ ઘણો રાખે, બહુ ગુસ્સો કર્યા કરે, દસ્ત પેશાબને વારંવાર રોકે, શરીરને અગ્નિવડે બહુ શેક કર્યા કરે, તડકામાં બહુ રખડયા કરે-અગર મંઝલ કરે, દારૂ મંથ અને ખટાઈ સેવનપર ઘણી રૂચિ રાખે, ઘણી ભૂખ વેઠી પાણી પી ચલાવે અથવા તો ઘણી ભૂખ વેઠે, દોષિત ખરાબ પાણી પીધા કરે, કાગડાની પેઠે ઉંધા રહી કે ટુંટીયાંવાળી દિનભર ઘણી ઉંઘ લીધા કરે, વિષય ભોગમાં અત્યંત તૃષ્ણા રાખે અને કોઇ જાતનો મનમાં ભય પ્રાપ્ત થયેલ હોય અગર થાય, તોજ ધનવંતરીજી કહે છે કે તે માણસના શરીરમાં રોગોને જન્મ મળે છે; પણ જે ઉપર પ્રમાણે નથી કરતા તેઓ નિરોગી જ રહે છે. મતલબ કે જેણે જન્મથીજ આવી આદત વડે શરીરને એ આદતમયજ બનાવી દીધેલ હોય તેને તો કશું થતું નથી, પણ જે ઢંગ વગર સુખી રહેવાની ઇચ્છા છતાં ઉપર પ્રમાણે કરે છે તેને તો એ કારણો બેશક રોગને જન્મ આપનારાંજ થઇ રહે છે. ૮૯–૯૦

(કફ પિત્ત વાયુ પ્રકોપવાનાં કારણો પૈકી પ્રથમ પિત્તપ્રકોપ થવાનાં કારણ—ચોપાઇ.)

આધી રાત ઉજાગા કરહી, વન્હી તપત ધૂપ અતિ ફિરહી;
ખાત ખટાઈ મદિરા પીવૈ, કટુક તિક્ત લવણાદિક જીવૈ. ૯૧
ચિંતા ક્રોધ ગરમ અતિ તિશ્છન, અતિશ્રમ કરત જલ્પા (જલ્યા?) અન ભશ્છન;
ક્ષુધા તૃષાકોં બહુત થંભાવૈ, અપક્વ આહાર ફિરિ તાપર ખાવૈ. ૯૨

જે માણસ અરધી અરધી રાત લગી ઉજાગરા કર્યા કરે, દેવતાથી શરીર બહુ શેક્યા કરે, તડકામાં બહુજ રખડયા કરે, ખટાઇ ઘણી ખાય, દારૂ બહુ પીયે, ખારી તીખી કડવી ચીજો બહુ ખાધા કરે, ચિંતા ક્રોધ કર્યા કરે, બહુ ગરમ ખાવાનીટેવ રાખે, તથા તિક્ષ્ણ પદાર્થોનું અતિ સેવન કર્યા કરે, ઘણી–હદપાર મહેનત કરે, લવારો કરતાં કરતાં અન્ન જમે, (અથવા દગ્ધ થયેલ અન્ન જમે.) ભૂખ તરષને બહુજ મારે અને જમેલું પૂરૂં પચ્યું ન હોય તે છતાં ફરી પાછું ખાય તે માણસ જરૂર રોગનો ભોગ થઇ પડે છે. ૯૧–૯૨

દોહા—વઈશાખ અરૂ જેઠમેં, આસો કાર્તિક હોય;
પિત્ત દર્દકો પ્રકટ દુખ, ચાર માસમેં હોય. ૯૩

વૈશાખ, જેઠ, આસો અને કાર્તિક એ ચાર મહિનાની મોસમમાં (ઘણું કરીને) પિત્તની પ્રાધાનતાવાળાંજ દર્દો પેદા થાય છે. ૯૩

(પિત્તપ્રકોપનાં લક્ષણ-ચોપાઇ)

ગલે અગ્નિ મુખમેં કટુતાઈ, છર્દિ દાહ અરૂ ભ્રમ મૂર્છાઈ;
દિલ ઊતાપ પર્સીના ઝરહી, સીત ચીજ દિલ ઇચ્છા ધરહી. ૯૪
વ્યાકુલતા રસ અધર સુખાઇ, લચ્છન યહી પિત્તકે ભાઇ;
ગ્રીષમ શરદ રૂતુ યે દોઇ, નિશ્ચય પિત્ત પ્રકટ તબ હોઇ. ૯૫

જ્યારે ગળામાં બળતરા, મ્હોમાં કડવાશ જણાય, ઉલટી થયા કરે, બળતરા-દાહ થાય, ભ્રમ બેભાનપણું જણાય, દિલમા ઉતાપો-આકળામણ થાય, પસીનો (સમય સંયોગ વગર) બહુ થાય, ઠંડી ચીજો સેવવા તરફ મન દોડે, આકળવ્યાકુળપણું જણાય અને હોઠનુ લીલાપણું સુકાતું જણાય, ત્યારે જાણીજ લેવું કે પિત્ત કોપ્યું છે; કેમકે એ લક્ષણ બધાં પિત્તકોપ્યાનાંજ છે અને તેમાં પણ ગ્રીષ્મ તથા શરદ રતુની અંદર અવશ્ય પિત્તનો પ્રકોપ થાય છે. (માટે તે સમયમાં પિત્તપ્રકોપ થવાનાં કારણોથી બચવું એ હિતકારક છે.) ૯૪--૯૫

(શું કરવાથી પિત્તકોપ શાંત થાય ? છંદ પરિહાજાતી.

ઠંડા પવન સુગંધી શીતજલ ન્હાહીએં, ચંદ્રકલાકો રૈન તરૂની સુખ પાઇયે,
હીમજ હરડે ખાઈ ઇલાચી ચાવના, કદલીકંદકો નીર શરીર લગાવના;
એક અખારપખાર કૂર પથ ખાઇયે, ગરમ ખટાઈ ધિરત નજીક ન જાઇયે. ૯૬

ઠંડા પવનની લ્હેર લેવી, સુગંધીવંત ઠંડા પાણીથી ન્હાવું, ચાંદનીમા સુઇ જવું, સુંદર સજાતીય પ્રાણપોષક સુંદરીના સહવાસમા શયન કરવું, ન્હાની હીમજ (કે જેને જવા હરડે કિંવા બાલ હરિતકી કહે છે તે) ખાવી, ઇલાયચીનો ઉપયોગ કરવો, કેળનાં પાણીથી શરીર ઠુંડું કરવું, સારી રીતે જુલાબ ને ઉલટી થાય તેવો જુલાબ લેવો અને ચોખા—ભાત જમવો, પરંતુ ગરમ મિજાજની ચીજો, ખટાસ તથા ઘી એઓને છાંયડે પણ જવું નહીં તો તુરત પિત્ત શાંત થઇ જશે. ૯૬

(કફકોપ થવાનાં કારણો વિષે-ચોપાઇ.)

મચ્છ દધિ પય ભચ્છન કરહી, માખન તિલ ચિંચિની દિલ ધરહી;
ઠંડા ખાય દિવસ ભર સોવે, ખાત ખટાઇ કેશ નિશિ ધોવે. ૯૭
એરસેં પ્યાર ઘનેરો રખ્ખે, આમ કેરિકાં કચ્ચી ભખ્ખે;
ઇનુ બાતેં કફ પૈદા હોઈ, વૈદ બિચાર કરો સબ કોઇ. ૯૮

માછલાં, દહીં, દૂધ, માંખણ, તલ અને આંબલી ખાવાપર પ્યાર રાખે, ઠંડું વાસી ખાય, દિનભર ઉંઘ લીધા કરે, ખટાશ ખાવાનો ઘણો શોખી બને, રાતે માથું ધોઇ વાળોને ભીના રહેવા દે, બોર ખાવામાં બહુ જ પ્યાર રાખે અને કાચી કેરીઓ વિશેષ ખાય તો કફ કોપ પામે છે. વૈદે આ વાતોનો વિચાર ધ્યાનમાં લેવો—એટલે કે આટલીજ વાતોથી કફ કોપે છે એ ધ્યાનમાં રાખી તેની શાંતિના ઉપાય ઉપયોગમાં લેવા. ૯૭—૯૮

દોહા—કૃશ્ય ગાત્ર તન તુચ્છ બલ, ખાંસ સ્વાસ પુનિ સોય;
ફાગન ચેત દો માસમેં, કફકી વૃદ્ધિ હોય. ૯૯
ગાત્રો દુર્બલ, શરીરમાં નહી જેવું બલ, ખસી અને શ્વાસ એ ફાગણ ને ચૈત્ર માસમાંજ કફની વૃદ્ધિ થવાથી થાય છે. ૯૯

(અપૂર્ણ.)

हिंदि अमर कोष.

(અનુસંધાન અંક ૬ ના પૃષ્ટ ૨૬૦ થી)

લેખક. રા. કવિ હર્ષદરાય.

શિઘ્રનામ.

અવિલંબિત આશુ ચપલ, ત્વરિત તૂર્ણ દ્રુત હોઇ;
રહસ રય તર સપદ જવત, જવ લઘુ સત્વર સોઇ. ૯૮
અરં ક્ષિપ્ર પુનિ શિઘ્ર રભ, રભસ ઔર ઉતાલ;
ચલહુ તુરિત બંસી બજત, જુમનાતટ નંદલાલ. ૯૯

નિરંતર નામ.

સંતત સતત અનારતરૂ, અવિરત અનિત અશ્રાંત;
નિત્ય અજસ્ત્ર રૂ અનવરત, શબ્દ સ્નેહ નહિ ભ્રાંત. ૧૦૦

અતિશય નામ.

અતિશય ભર અતિવેલ ભૃશ, નિર્ભર તિવ્ર નિતાંત;
દ્રઢ અતિમાત્રઅત્યર્થ પુનિ, ગાઢ બાઢ એકાંત. ૧૦૧
જુબત બીર ઉગ્દાઢ બલ, દમકતધુતિ અસિધાર;
ગિરતશીશ ચિક્કરત પુનિ, ફિરિ ધડ લડતૂ અપાર. ૧૦૨

કુબેરનામ.

પુન્યજનેશ્વર વૈશ્રવણ, શ્રાદ્ધ એલવિલ સોઇ;
મનુસ્યધર્મા ધનદ અરૂ, અંબક સખ પુનિ હોઇ. ૧૦૩
નરવાહન ગુહ્યકપતી, એઉ પીંગ કિન્નરેશ;
યક્ષરાટ પૈાલસ્ત્ય પુનિ, યક્ષકુબેર ધનેશ. ૧૦૪
એકપીંગ પુનિ કહત કવિ, રાજરાજ મહારાજ;
તૈસે કોટિ કુબેર સમ, નહિ પૈહૈ તેહિ બાજ. ૧૦૫
કુબેરસુત નલકુબર અરૂ, ધનદ સ્થાન કૈલાસ;
અલકાપુર સો નગરીહૈ, ધનદ્યુતસ્વપ્રકાશ. ૧૦૬

સુખદનાટિકા ચૈત્રરથ, પુષ્પક ચપ ન વિનાન;
છિનમહ ગગન પ્રવેશ કરિ, ચિતમૈ ચ લમમાન. ૧૦૭

અધમુખિ દેવયોની વિશેષ.

કિંનરકોમુખ અશ્વકો, સોઇ પુ ડરિક જાન,
નિર્જરકે સમુદાયમૈ, કહાવહ બ્યગ તુરાન ૧૦૮

દેવમૈલોકવિશેષ.

નિધિ સેવધિ મયુ કહત કવી, તુ ગમુખ પ્રકનાઉ;
અમે મનહર છબિનકો, સુનત તુગત મલિજાઉ ૧૦૯

અથ વ્યોમ વર્ગ.

વ્યોમ.

અ બર નભ સુરવર્ત્મ ખ, વિયત વિષ્ણુપદ સોઇ,
તારાપથ મેઘાધ્વન ર, અ તરિક્ષ પુનિ હોઇ ૧૧૦
નાક વિહાય વિહાયસર, ઘુ ધૌ ગગન અન ત;
અભ્ર વ્યોમ આકાશ અરૂ, પુષ્કર માહાબિલ ચત. ૧૧૧

દિગ્વર્ગ.

પ્રતીચી ઉદીચી અવાગ્ભવર, અવાચીન ઉદિચીન;
ઉદગ્ભવ પ્રત્યગ્ભવ ર, પ્રતીચીન પ્રાચીન. ૧૧૨
કાષ્ટા આશા દિશા કકુભ, હરિત પ્રાચી રે અપાચી,
પ્રાગ્ભવ પ્રાચીમૈ ભયો, અમ કવિકી મતિ રાચિ. ૧૧૩

દિશાપતિ નામ.

નૈઋત મરત કુબેર પુનિ, વરૂણ પિતૃપતી સોઇ,
ઇંદ્ર વન્હી પુનિ ઇશ મિલ, દિશાપતી સમ હોઇ. ૧૧૪

દિશા ગ્રહ.

વિધુ બુધ ભાનુજ શુક રવી, બ્રહસ્પતી મહિસુત,
સ્વર્ભાનૂ તેરપથૌ, રાજકારકે માનુ ૧૧૫

દિગ્ગજ નામ.

સાર્વભૌમ અ જન કુમુદ, પુષ્પદ ત સુપ્રતીક.
ઐરાવત વામન અરૂ, પુ ડરીક રમનીક. ૧૧૬

દિગ્ગજ સ્રીયોકે નામ.

અ જનાવતી અ ગના, તામ્રકર્ણિકા સોઇ,
શુભ્રદ તિ શુભ્રદ તિ પુનિ, અભ્રમુ કપિલાહોઇ. ૧૧૭

અનુપમા પુનિ પિંગલા, સોઇ દિગ્ગજકી દાર;
પ્રલય લલ જબ હોહિતગ, કોઉ ન પાલનહાર. ૧૧૮

અંતરવકાશ નામ.

અભ્યંતર અંતરાલ યહ, અંતરકો અવકાશ;
ફિરિહિ મિલિહિ નહિ સુન પ્રિયે, યમુના તટ બટબાસ. ૧૧૯

મંડલ નામ.

ચક્રવાલ મંડલ કહિ, મંડલકો સમુદાય;
મહિમંડલમેં કોટિજન, મંડલિ ફિરતુ બનાય. ૧૨૦

મેઘ નામ.

ધારાધર જળધર મુદિર, તડિત્વાન જીમૂત;
અભ્ર મેઘ ધન અંબુભ્રત, વારિદ જલમુક યુત. ૧૨૧
નિરદ ક્ષિરદ સ્તનયિતનુપુનિ, જલદ બલાહક સોઇ;
ધુમયોની ભયે ધરનીપૈં, લખિ પ્રમોદ ચિત હોઇ. ૧૨૨

મેઘવૃંદ નામ.

મેઘમાલ કાદંબિની, મેઘવૃંદકેનામ;
અભિયતાસેં પ્રગટ ભયે, સોઇ અર્થ અભિરામ. ૧૨૩

મેઘ ગર્જના નામ.

સ્તનિત રુ ગર્જિત રસિત ભય, ગ્રહોધનુશ જબ રામ;
કિયો તનક ટંકાર તબ, ડગતુ લગી મહિ ધામ. ૧૨૪

વિદ્યુલ્લત્તા નામ.

શંપા હાદિની ક્ષણપ્રભા, તડિત ચંચલા હોઇ;
સૌદામિનિ ચપલા વિદ્યુત, ઐરાવતિ પુનિ સોઇ: ૧૨૫
દમકિ દમકિ રહી શતહદા, સ્તનિતઘોષ ભયેઘોર;
વચ્છ બિયુની તજ ચકિત ભયે, ઇતઉત લિખિ ચહુ ઓર. ૧૨૬

વજધ્વનિ નામ.

સ્પૂર્જથુ વજ્ર નિર્ઘોષ, વજ્ર નિષ્પેશ સોઇહૈં;
ઇંદ્રકે વજ્ર કે મારે, કપીકો હનુ ગોઇહૈં. ૧૨૭

મેઘજ્યોતિ—વિજલી નામ.

મેઘજ્યોતિ અરુ ઇરંમદ, અભ્રવૃંદ જુતમાન;
છિનુદમકત છિનુ રહત ચુપ, સો બિજુરી પહિચાન. ૧૨૮

(અપૂર્ણ.)



हिंदोद्धारमाला.

(લેખક ઠક્કર લવજી માવજી)

(મનહરછંદ.)

હિંદના ઉદ્ધાર માટે દર્પથી હજારોજણા
જાહિર થવાને જોગ પોતાનું જણાવશે,
બીજ તો રોપે છે બહુ બ્હાદુરી બતાવા પણ
કોણજાણે કેવા અને ક્યારે ફળો આવશે,
હાલ તો હવાની સાથે એવી વાત આવી છે કે
દાના વૈદરાજો એવી દવાઓ બનાવશે,
ખવરાવી પીવરાવી ચોપડાવી ચવરાવી
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે ૧

અંધારામાં હશે જેહ ઓષધી અજાણી તેને
પોતાના પ્રયાસવડે પ્રકાશમાં લાવશે,
શક્તિસંજીવની ગોળી યાકુતી અપાર બળી
ષંઢત્વવિનાસિલેપ લાખોને લગાવશે,
નપુંસકત્વારી ઘૃત ચોપથી ચોળાવી અંગે
ગયેલી જુવાની લાવી બળિષ્ટ બનાવશે,
આકળા ન થાઓ ધરો લવજી લગાર ધીર
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે ૨

મોટા મોટા ખર્ચ કરી મેળવી પેટંટ હક
ટ્રેડમાર્ક માંહિ નામ નવીન ધરાવશે,
નમુનાની શિશિયો અનેક સ્થળે આપી આપી
સ્નેહિઓ પાસેથી સર્ટિફીકેટ લખાવશે,
નિત્ય ન્યુસપેપરોમાં ચાલતા ચોપાનિયામાં
છતી થવા દવા છાપે ખબરો છપાવશે,
ગમે તે ઉપાયે ગોળી ઘોળી પીવરાવ્યાપછી
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે ૩

પેન્ટરોની પાસે ખાસા પાટિયા લખાવી તેમાં
ગોળિયોના મહિમાનું ગૌરવ જણાવશે,
ખુબ ધ્યાન ખેંચવા ખરલ સાથે વાટણાનું
શિશિઓ સહિત ચાર ચિત્ર ચિતરાવશે,
હશે જો અંકુર પૂર કરવા પોતાની છબી
પ્રસિદ્ધ થવાને રંગ પૂરાવી પડાવશે,

પડો વજડાવી પુરેં ખુસીના ખબર આપી,
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે. ૪
થાગ ને સીસમતણાં કપાટો કરાવી મોટાં
પાર દરસાવા દ્વાર કાચનાં ચઢાવશે,
ખાસી ખુરસિઓ ખૂબ ખંતથી ખરીદી રાખી
મોટી મેજો મૂકી દિવ્ય દુકાનો દીપાવશે;
લાઇટો લટકાવી ભીડ લોકોની ભરાવા માટે
ફોનોગ્રાફ આદિ બીજાં વાજાં વજડાવશે,
બિરાજી બધાને બોધ બળિયા થવાનો આપી
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે. ૫
વકિલ બારિસ્ટરોને પ્રયોજી વિલાશવટી
કાયદા કમાવા ખૂબ બુદ્ધિને ખિલાવશે,
વિદ્યાના ઉપાસકોને ચકિત થયેલા જોઇ
એજ ઉપચારે શ્રમ તેહનો શમાવશે;
બીજા કારીગરોને સહનશીલ શક્તિ ભરી
ગોળિઓનો ગુપ્ત જાપ જગને જપાવશે,
ખંતે ખવરાવી યુવકોને ઉપજાવી મોહ
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે. ૬
ટોનિકના ટેકાવડે ટાંટિયા ટટાર કરી
ત્રુટી ગયેલાને રાખી ટેકમાં ટકાવશે,
મગજની શક્તિને મહાન બળવાન કરી
વિસરેલી વાતો પાછી યાદિમાં અણાવશે;
જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઇ બધી નષ્ટ કરી
જથારથ હશે તેવું જગને જણાવશે,
ક્ષીણતાની ક્ષતી હરી અજર અમર કરી
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે. ૭
બજારેં બજારે બહુ ફ્રાસ્ટ બોલનારા પાસે
ગુણકારી ગોળિઓનાં ગીત ગવરાવશે,
દેશો દેશ ગામોગામ વિચિત્ર ધરાવીવેશ;
હેન્ડબીલો એને હાથે વસ્તીમાં વ્હેચાવશે
ખબરો ફેલાવી લાભ એજન્ટોને આપી અતી,
ખુબીથી ડબ્બીઓ ખૂબ ખલકે ખપાવશે,
ગોળિઓ ગળાવી પથ પાનથી ભરાવી પેટ
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે. ૮
એક કરી બીજે કરી ત્રીજે ચોથે કરી એમ
અનુક્રમે સહુ બુદ્ધિ સાથે બ્હાર આવશે,

અમારી દવાની બરાબર બીજી દવા નથી
એવું કહી લોકો તણા જાન લલચાવશે,
જેવા તેવા કોઇ ફાવી જાય નહી તેને માટે
હજારો ઉપાયે હરિફાઇમા હરાવશે,
છાપ ચોડી છેવટે પોતાની છતરાઇ કરી
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે. ૮

પુરૂષો તમામને બનાવી પ્હેલવાન પછી
દુખિ દારાઓના દુઃખ દારૂણ દુરાવશે,
રજદોષ ગર્ભદોષ મૃતવત્સાદોષ વળી
ક્રિયાદોષ દૂર થવા વૈદકો વચાવશે,
ગુહ્ય ભાગ માહિ જે રહેલા દોષો દૂર કરી
વંધત્વપણાની બધી વેદના વિતાવશે,
કરિ નિરદોષ બળપોષિ બધી યોષિતાને
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે ૧૦

ઔષધિ ઇધણુયોગે અનંગ અનલ કુંડી
ગરિષ્ટ અહાર ઘૃત આહુતી અપાવશે,
વિધિયુત વિત્તયજ્ઞ કરાવી સકામ કુંડી
હમેશાની હીનતાનુ શ્રીફળ હોમાવશે,
વિષય વિચારમાળા કરમા ધરાવી મુખે
મહા મંત્ર ભાવે ભગ વાનના ભજાવશે,
સહાય મહાય થના શક્તિની કરાવી ભક્તિ
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે ૧૬

ચેતન્ય માયાથી ભરી ચોડના ભરાર પુંજ
છપન ઊપર ભતી ભેર વજડાવશે,
કરી મનકામનાની સિદ્ધિ શક્તિ સ્હાયતાથી
ગોળીના પ્રતાપે ગાડી ઘોડાઓ દોડાવશે,
સવજી ઉધારો લેશ વારનો લખાશેનહિ
જમાની બાજુમા બધુ રોકડુ જમાવશે,
કરી લખલૂટ ભરી ખજાના અખૂટ પછી
હિંદનો ઉદ્ધાર હિંદહકીમો કરાવશે. ૮

(શોધક)



ઔષધિ નામમાળા.

પ્રકાશક—રાજકવી હર્ષદરાય સુંદરલાલ મુનસી.)

(અનુસંધાન અંક ૬ ના પૃષ્ટ ૨૫૮ થી.)

મેદા મહામેદા દોઉ, હે સુખદાયક સાર;
વ્યાધિ હરત બલ પુષ્ટિકરિ, સ્નિગ્ધ શીત જ્વરહારિ. ૧૧૩

કાકોલી ક્ષીરકાકોલી લક્ષણ નામ.

વાયસોલિ કાયસ્થિકા, કાકોલી અભિરામ;
પુનિ વીરા યાકો કહત, ચાતુર બિધ યહી નામ. ૧૧૪
ક્ષીરવલિકા ક્ષીરીણા, દારા ક્ષીરકાકોલિ;
પયસ્વિની પુનિ વયસ્થા, ક્ષીરશુકલ અંનમોલી; ૧૧૫

ઈન દોનુકે ગુણ.

દ્વયકાકોલિ શીત હે, શુકલ મધુર અરૂ ભારિ;
વાત દાહ પિત શોપ જ્વર, હરન અધિક સુખકારિ; ૧૧૬

ઋદ્ધિ તથા વૃદ્ધિ લક્ષણ નામ.

ઋદ્ધિ યુગ્મ સિદ્ધિ અરૂ, વૃદ્ધિ અંશ વિધ નામ;
બલકર શુકલ, મધુર ગુરૂ, ત્રિદોષહર અભિરામ. ૧૧૭
પ્રાણૈશ્વર્યપ્રદ સુરૂચિ, રક્તપિત્ત દુખહારિ.
ગર્ભપ્રદ શીતલ વૃહણુ, મધુર વૃષ્ય સુખકારી. ૧૧૮
કાસક્ષય ક્ષત પિતશમન, મુર્ચ્છા મ[illegible]શ;
અસ બિધ યહ દૂંકંદમે, ગુન પ્રગ[illegible] કરીશ. ૧૧૯

મહામેદા મોરંગ દેશમાં મહામેદાની ખાણુમાં ઉત્પન્ન થાય છે. મહામેદાનો કંદ સુકાયલા આદા જેવો હોય છે. ધોળો હોય છે. વેલામાં થાય છે. મહામેદાના કંદને નખથી છેદે તો તેમાંથી મેદ ધાતુના જેવો રસ શ્રવે છે તે ઉપરથી જાણવું કે મહામેદા છે.

જ્યાં મહામેદા થાય છે ત્યાંજ ક્ષીરકાકોલી થાય છે. તેમજ ત્યાંજ કાકોલી પણ થાય છે. ક્ષીરકાકોલીનો કંદ આસોદ જેવો છે, ગંધવાળો હોય છે. તેમાંથી દુધ જેવો પદાર્થ ઝરે છે. તેમજ કાકોલી પણ ક્ષીરકાકોલી જેવી હોય છે પણ રંગમાં શામલાશ ઉપર હોય છે એટલોજ ફેર છે.

રૂદ્ધિ વૃદ્ધિ કોશયમલ પ્રદેશમાં થાય છે. બન્ને કંદ વેલામાં થાય છે, છીદ્રોવાળા હોય છે. ધોળી રૂંવાંવાળા હોય છે બન્નેમાં જુદાઇ એજ કે ઋધી રૂની ગાંઠ જેવી ઉગી ડાબી તરફ વળેલા ફળવાળી હોય છે, ને વૃદ્ધીનાં ફળ જમણી તરફ વળેલ હોય છે.

અષ્ટ વર્ગ પ્રતિનિધિ.

અષ્ટવર્ગ ઔષધ બડે, દુર્લભ મિલતહી નાહી;
નૃપ સમ પેષન રિરતહૈ, જદપિ મિલત કછુ નાહી. ૧૨૦
મેદા મહામેદા બદલ; સતાવરી હિતકારી,
જો જીવક ઋષભક નહી, વિદારી મૂલ સુધારિ. ૧૨૧
જો નહી હૈ કાકોલિ તો, અસહુમૂલ આમોધ;
ઋધિ વૃધિ કે બદલમે, કદ વારાહી શોધ. ૧૨૨
યહબિધ અષ્ટક વર્ગ સમ, પ્રતિનિધિકો ગુન એક;
ઔષધિ બલતેં જગતહૈ, ભુમિ બલતેં સબનેક.— ૧૨૩

યષ્ટીમધ નામ તથા ગુણ.

યષ્ટીમધુ યષ્ટી મધુક, વલ્લીતક યે નામ;
હીમ સ્વાદુ બલ વર્ણકૃત, નેત્રનકોહિત કામ. ૧૨૪
સ્નિગ્ધ શુક્રપ્રદ કેશહિત, સુસ્વરકર ક્ષયહારી;
વાત પિત્ત વ્રણ સોથ વિષ, તૃષ્ણા ગ્લાની બિડારી. ૧૨૫

કપીલા નામ ગુણ.—

કાંપિલ્લ કર્કશ ચંદ્ર અરૂ, સેવન પુનિ રક્તાગ;
રેચક કટુ અરૂ ઉષ્ણ હૈ, શમન પિત્ત કફ અગ. ૧૨૬
ઉદરવાત કૃમિ ગુલ્મહર, વ્રણહર દાહ પ્રમેહ;
જો મેવહિ અનુપાન જુત, કરત કનક સમ દેહ ૧૨૭

ગરમાળા નામ—ગુણ.

આરગ્વધ સંપાક અરૂ, વ્યાધિઘાત કૃતમાલ;
આરવેત સ્વર્ણાંગ પુનિ, સ્વર્ણભૂષણ ગુનમાલ. ૧૨૮
ગજવૃક્ષ ચતુરગુલ રૂ, સ્વર્ણક સુન ભૂપ;
કર્ણિકાર અરૂ દીર્ઘફલ, જાકો ગુન અનૂપ. ૧૨૯
ગુરૂ સ્વાદુ શીતલ સુરુચિ, સારક જ્વરહર માન;
રક્ત વ્યાધિ હૃદ્રોગ પિત, ઉદાવર્તે બલ હાન. ૧૩૦
વાત પિત્તજ્વરશમન પુનિ, દાહશમન હિતકારિ;
પથ્યરૂપ જ્વરમે યહી, ઔષધ તાપ નિડારી. ૧૩૧

કડુ નામ તથા ગુણ.

કાંડરૂહા કટુ રોહિણી, કટુકા તીક્તા નામ;
મત્સ્યપિત્તા શકુલાદની, મત્સ્ય શકલ અભિરામ. ૧૩૨
કટુંભરા કટી રોહિણી, ચક્રાંગી હિતકાર;
ભિનકુ કૃષ્ણભેદા પુનિ, ઔર અશોકા ધાર. ૧૩૩

કટુક પાકમેં તિક્ત હૈ, રૂક્ષ હીમ લઘુ માન;
ભેદિની દીપની હૃદયહિતુ, કફપિત્તજ્વરહર જાન. ૧૩૪
મેહ શ્વાસ ઉધરસ પુનિ, રક્ત રેાગ હર સેાધ;
દાહશમન અરૂ કુષ્ટહર, કૃમિહર અસ ગુન હેાઈ. ૧૩૫

કરીયાતા નામ—ગુણ.

કાંડતિક્ત કટુતિક્ત ભૂ-નિંબ કિરાતક નામ.
નાર્યતિક્ત કૈરાત પુનિ, કિરાતિક્ત અભિરામ. ૧૩૬
ઔર રામસેનક કહું, કટુ અરૂ જ્વરહર જાન;
રૂક્ષ લઘુ સારક અરૂ, સીતલ તિક્ત પ્રમાન. ૧૩૭
સન્નિપાત જ્વર શ્વાસ અરૂ, પિત દાહ બલહારી;
કાસ શેાથ જ્વર દુષ્ટહર, કૃમિકેા દેતુ બિડારી. ૧૩૮

ઈંદ્રજવ નામ—ગુણ.

કટુજબીજ યવ ભદ્રયવ, કલિંગ ઇન્દ્રયવ નામ;
પુનિ કાલિંગ યેા કહતહૈ, અમરકેાશ અભિરામ. ૧૩૯
દીપન ગુન ત્રયદેાષહર, સંગ્રાહી કટુ સીત,
જ્વર અતિસાર કુરજ પુનિ, અરશ વમનહરજીત. ૧૪૦
કુષ્ટ વિસર્પ ગુદ રેાગહર, શલહરન હિતકારી;
રક્તવ્યાધીકાં શમન કરિ, તનકું દેતુ સુધારિ. ૧૪૧

મીંઢલ નામ તથા ગુણ.

વિષપુષ્પક શલ્યક મદન, પીંડીતટ કરહાટ;
પીંડીતક છર્દન પુનિ, મરબક સયમિલ આદ. ૧૪૨
મધુર તિક્ત વિર્યોષ્ણ લઘુ, લેખન રૂક્ષ પ્રમાન;
વાંતિકરન વિદ્રધિહરન, પ્રતિશ્યય વ્રણહર આન; ૧૪૩

(અપૂર્ણ.)

आभार अने अभिप्राय.



दंपतीसूत्र અથવા "वर वधुने खानगी सलाह"

આ પુસ્તક, તેના કર્તા ડૉ. વિભાકર બ્રધર્સ તરફથી અમને મળ્યું છે. સદ્દગત માસ્તર નારાયણ હેમચંદ્રના "વિવાહતત્વ સિંધુ" વિગેરે પુસ્તકો અને બીજા જુજ અપવાદ બાદ કરતાં, ઘણીજ દિલગીરીની વાત છે કે આપણી ગુજરાતી ભાષામાં એક અત્યંત અગત્યના, અને મનુષ્યજીવનના સુખ અને સ્વાસ્થ્યના એક સબળ આધાર રૂપ વિષય ઉપર કોઇ સારૂં, શાસ્ત્રાધાર, સ્પષ્ટ છતાં પવિત્ર ભાવનાથી લખાયલું, અજ્ઞાન બાળકો અને ઉચ્છૃંખલ યુવાનોને બહકેલી અને દુરાચારમાંથી બચાવી નીતિના સાંકડા પણ સુખદાયક માર્ગ ઉપર સુરક્ષિત દોરી જનાર અને સન્માર્ગ–દર્શક એક સારા પુસ્તકની જરૂર હતી, અને હજુ પણ કેટલેક અંશે બાકી રહેલી છે. છતાં પણ અમને જણાવવાને અતિ સંતોષ થાય છે કે ડો. વિભાકર બ્રધર્સે આ ઉત્તમ પુસ્તક પ્રસિદ્ધ કરીને એક ઘણી મોટી અને અગત્યની ખોટ ઘણે અંશે પુરી પાડી છે. જ્યારે આ વિષય ઉપર ઉછરતી બિન-અનુભવી પ્રજાને યોગ્ય શબ્દોમાં બોધ અને જ્ઞાન આપવાની બાબતમાં મા બાપો, વડિલો, શિક્ષકો, ઉપદેશકો, વૈદો અને ડૉકટરો ઘણે ભાગે અખાડાજ કર્યે જાય છે. ત્યારે ગમે તે રીતે તે વિષયની માહિતી મેળવવા જુવાનો ફાંફાં તો મારેજ છે. અને બહુધા એમજ બને છે કે તેઓ દુરાચારી મિત્રો, સ્વાર્થી જાહેર ખબરીયા ઉંટવૈદો, કે અપવિત્ર હલકાં પુસ્તકોમાંથી ભૂલ ભરેલા ખોટા વિચારો આવા અત્યંત અગત્યના વિષય સંબંધી બાંધી બેસે છે. અને પરિણામે પ્રજાની અત્યંત શરમ ભરેલી અધોગતિ આપણે થયેલી જોઇયે છીયે. ગમે તે દૈનિક, અઠવાડીક, પાક્ષિક, માસિક કે ત્રૈમાસિક ચોપાનીયું ગમે તે ભાષાનું અને ગમે તે વિષયનું ઉઘાડો; પરંતુ તેમાં પ્રસિદ્ધ થયેલી જાહેર ખબરોમાંથી ઘણોજ મોટો ભાગ જનનેંદ્રિયના વિવિધ અવયવોના વર્ણનો અને તેની કહેવાતી રામબાણ દવાઓ સંબંધીજ હોવાનો. આવી લાંબી લાંબી જાહેર ખબરો દરેક ચોપાનીયામાં, પુસ્તકોમાં, સ્ટેશન ઉપર, ટ્રામગાડી ઉપર, ભીંતો ઉપર, ટુંકામાં સર્વ જગાએ મોટા અક્ષરોએ વિવિધ રૂપમાં બહુજ ભારે ખર્ચથી સતત પ્રસિદ્ધ કર્યા કરવાનું લોકોને પાલવે છે, તેજ સબળ અને સ્પષ્ટ પુરાવો છે કે, પ્રજોત્પાદક અવયવો અને તે સંબંધીના શાસ્ત્ર વિષે પ્રજામાં કેટલું શોચનીય અને ગાઢ અજ્ઞાન ઘર ઘાલી બેઠું છે, અને તેથી પ્રજાનો કેટલો મોટો ભાગ શરીરના તે જાતના વ્યાધિયોથી પીડાયા કરે છે. જ્યાં અજ્ઞાન છે ત્યાં નિર્દોષતા પણ હોવીજ જોઇયે એ માનવું ઘણું જ ભૂલ ભરેલું છે. આવી અગત્યની બાબતનું ખરૂં જ્ઞાન જ્યારે યુવાનોને મુદ્દલ આપ્યા વગર તેમને લગ્નમાં જોડી તેમને ઉત્તમ પ્રજા પેદા કરવાની છુટ આપવામાં આવે છે, ત્યારે તેઓ નૌકા ગમન કે વહાણ ચલાવવાના લેશ પણ જ્ઞાન વગરના એક મૂર્ખ નાખોદાની માફક પોતાની જાતપર અને પોતાનાં સંબંધીઓ પર અનેક, વિપત્તિઓ વહોરી લે છે. જો કદાચ એમ દલીલ લાવવામાં આવે કે અપૂર્ણ જ્ઞાનમાં જોખમ સમાયલું છે, તો અમારો જવાબ એટલોજ છે કે, અપૂર્ણ જ્ઞાન કરતાં પણ અજ્ઞાનમાં અત્યંત વધારે ભય રહેલો છે. કેટલાક ડોળઘાલુ નીતિશાસ્ત્રીઓ આ વિષય સંબંધીનાં પુસ્તકોને ધિક્કારી

અમૂલ્ય ભેટો.

નીચેનાં પુસ્તકો કે વસ્તુઓમાંથી કોઇ એક પુસ્તક કે વસ્તુ મગાવનારને તેની કિંમત કે પોસ્ટેજ કઇ પણ લીધાવગર તદ્દન મફત મોકલવામા આવે છે, પણ એક કરતા વધારે પુસ્તક કે વસ્તુ મગાવનારે તે વધારાના દરેક પુસ્તક કે વસ્તુ બદલ અરધા અરધા આનાની ટીકીટ મોકલવી.

બ્રહ્મચર્ય—બ્રહ્મચર્યનો અલૌકિક પ્રભાવ દેખાડનારો દાખલા દલીલો સાથનો ઉત્તમ નિબંધ.

સ્રીસમાગમ—દીર્ઘાયુ તથા આરોગ્યની જાળવણુ માટે સર્વોત્તમ શાસ્ત્રીય નિબંધ.

સ્વપ્નવિચાર—શુભાશુભ સ્વપ્નોનાં ફળોના નિરૂપણની ચોપડી.

સતીદ્રૌપદી—શ્રીકૃષ્ણુ પરમાત્માના પત્ની સત્યભામા પ્રત્યે સતી દ્રૌપદીએ પાતિવ્રત્યવિષે જણાવેલા ઉત્તમ વિચારો.

ફેન્સીબુકમાર્કર્સ—પુસ્તકો વાચતી વખતે તેમાં નિશાની રાખવાનું ઉત્તમ સાધન માત્ર અંગ્રેજી જાણુનારાએજ આ બુકમાર્કર્સ મગાવવાં.

માલિની—ઘણી બાબતોનું જ્ઞાન આપનારી રસીલી વાર્તા.

કામશાસ્ત્ર ઉગરતી વયના અજ્ઞાન બાળકોથી થતી ભૂલોપર લક્ષ ખેચનારો અપૂર્વ વિષય.

સંગીત કામશાસ્ત્ર—મનપસંદ ઢબની અસરકારક કવિતાઓમા આખું કામશાસ્ત્ર.

બાજીગર—ભીમસેન તથા અર્જુનના ગર્વનો નાશ કરવાની શ્રીકૃષ્ણુની અપૂર્વ યુક્તિ.

દૈવજ્ઞવિદ્યા—ભવિષ્ય પ્રશ્નના જવાબોનું પુસ્તક.

પુનર્લગ્ન અને પશ્ચાત્તાપ—એક અસરકારક નિબંધ.

આયુર્વેદ રહસ્ય—હિંદી અને અંગ્રેજી ભાષાનુ વૈદક ચોપાનીયું માત્ર નમુનોજ મફત.

ફેન્સી પોસ્ટ કાર્ડો—ઉંચી જાતનાં જાડા, લીસાં, સુશોભિત કાર્ડો.

બાવીસ રસીલી વાર્તાઓ—લક્ષ્મી અને સરસ્વતી, જેવિ ગત્તિ તેવું ફળ, કૃતઘ્નપણું, ઇશ્વરનો અનુગ્રહ, વાદીના ગેરલાભમા અપાયેલો ફેંસલો, એ પ્રમાણે બાવીશ વાર્તાઓનો સંગ્રહ.

સિકંદર બાદશાહે કરેલી અમૃતની શોધ.—એરિસ્ટોટલ, ખ્વાજા ખીજર અને અહેતર આબીવામના ચમત્કારિક ચોકસ ઇતિહાસ સહિત જાણુવા જેગ રમુજી વાર્તા.

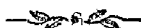
અલંકાર મણિમાળા—ઉપમા આદિ ૬૩ અલંકારોના દૃષ્ટાંત તથા સમજ સાથનું સંસ્કૃત પુસ્તક, માત્ર બી. એ. કલાસમાં અભ્યાસ કરતાં સંસ્કૃત ભાષાના અભ્યાસીઓનેજ ભેટ અપાય છે.

આયુર્વેદમાર્ગોપદેશિકા—જુદા જુદા ચેપક દર્દોનું વર્ણન, કારણ તથા ઉપાયોનું ઘણું સરસ પુસ્તક, આ પુસ્તક માત્ર અમારા ગ્રાહકોનેજ ટપાલ ખર્ચનો અરધો આનો લઇ મોકલવામા આવે છે.

સુવાવડ—સ્રીઓને પ્રસવ થવાના નાજુક અને ગંભીર મામલા વખતે ધ્યાનમા રાખવાની જરૂરની સૂચનાઓ.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણિશંકર ગોવિંદજી,
આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય.
જામનગર—કાઠીઆવાડ.

આનું નામ તે કદરદાની.!!!



ઘણા વરસો થયાં પોષણ આપતી ઘરની ગાય કે ભેંસ છેક વસુકી થઇ, ને દુધ તી હમેશને માટે બંધ થઇ તેનાથી હવે સ્વાદ મગવા જેવુ રહ્યુ નહિ, તેને પાધરી પધરાવી દો પાંજરાપોળમાં! ગાયને વાછડો આવ્યો ભલી ભેંસે પાડો જણ્યો, તે દુધ નાહક ધાવી જશે, અને ઘરમા તેથી ઉણું પડશે, જેથી તેની હવે મફતની મમતા નહીં રાખતા પાંજરાપોળનો રસ્તો પકડાવો! ઘોડા કે ઘોડીએ લાંબી મુદત નોકરી આપી, આખરે ના કૌવત થઇ પડી, સ્વારી લાયક રહ્યા નથી, જે હવે ફોકટનુ ખડ ખાય છે, ને નાહક જગ્યા રોકે છે, જેથી તેમને પાંજરાપોળના કૃષ્ણાર્પણ કરી દેવાજ લાયકના! બળદમા ખેતી કરવાનુ કે ગાડુ ખેંચવાનુ બળ બીલકુલ નષ્ટ થયુ, અગર તે આંધળો લૂલો યા બીજી કોઇ રીતે નીરૂપયોગી થઇ પડયો તેને હવે નિરર્થક ઘેર બાંધી રાખી ખોરનો ધંધો કોણ કરે? પાંજરાપોળવાળા તેને રાખવાની ક્યાં ના પાડે છે? બકરીઓએ તવાંગ જણ્યા તે છોને જ્યાં ત્યાં જંગલમા પડયા તે જીવે, મરે, કે કસાઇને કામ આવે, તેનુ તેના માલિકને સ્નાન સુતક શાનુ રહ્યુ? તેના પ્રાણ બચાવવાની જેને પરવા હશે તે પાંજરાપોળમા પહોંચતા કરી દેશે! તેમા એને શુ લેવા કે દેવા! એવા અનાથ, આંધળા પાંગળા, અવદશામા આવી પડેલા બિચારા નિરાધાર પામર પશુઓ, જેઓ આપણી દયા, અને દિલસોજીને માટે મજબુત હક્ક ધરાવે છે, તેમના ઉદર નિર્વાહને અર્થ નીકળેલી **જુનાગઢ પાંજરાપોળ લૉટરી** ભાગ **ચોથાની ટિકિટો** હાલ વેચાય છે, તે ખરીદીને સૌએ પોતપોતાનો બનતો હિસ્સો અવશ્ય આપવો જોઇએ. દર ટિકિટની કિંમત રૂપિયો એક છે. કુલ ઇનામ એક હજાર છે, તેમા પહેલું ઇનામ રૂપિયા ચાર હજારનું છે. ટિકિટો "વેલ્યુપેએબલ" રીતે પણ મોકલાય છે. તે ત્વરાથી મંગાવી લેઇને સ્વાર્થની સાથે પરમાર્થ સાધો. તમારૂં નસીબ અજમાવો. ભાગ્યદેવી પ્રસન્ન થશે તો એકદમ પેસાદાર થઇ પડશો, અને ઇનામ જો ન આવે તો એમ ધારજો કે રૂપિયો દયા-ધર્મના કામમાં ભર્યો હતો.

પુરૂષોત્તમ કહાનજી ગાંધી લીંબડીવાળા.

જુનાગઢ (કાઠીયાવાડ)

REGISTERED No B 778

પ્રાચીન આયુર્વેદ અને પાશ્ચાત્ય વૈદ્યવિદ્યાની નૂતન શોધખોળોના
ઉત્તમ રહસ્યોને શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચતું લોકપ્રિય વૈદ્યકીય માસિક.

ધન્વંતરી.

DHANVANTARI

દરેક મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રકટ થાય છે.

પુસ્તક ૩ જું.] નવેમ્બર, ૧૯૧૦. અંક ૧૧ મો.

સદ્‌ગત તંત્રી—ડૉ. મંજુલાલ ભોગીલાલ કંથારીઆકર.
એમ. સી પી એમ, એમ. સી એચ સી (કલકત્તા)

પ્રકાશક—બાલાપ્રસાદ ફાર્મસીના માલેક,
ભોગીલાલ ત્રીકમલાલ વકીલ.
વીસનગર—ઉત્તર ગુજરાત.

વાર્ષિક લવાજમ પોસ્ટેજ સાથે અગાઉથી ૨-૦-૦ છુટી નકલના ૦-૩-૦

સોરઠો.

મોજ મજાહમા રોજ, રહેવુ હોય જો શ્રીવરી,
ખોજ સહિત પ્રતિરોજ, તો વાંચો "ધન્વંતરી."

"શ્રી સત્યનારાયણ" પ્રિન્ટિંગ પ્રેસમા પટેલ મોતીલાલ કળીદાસે છાપ્યુ
ધી કાટા—અમદાવાદ.

વિષયાનુક્રમણિકા.



ધન્વન્તરી.

SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरिं धृतकरामृत पूर्णकुम्भं पीताम्बर सकल सिद्धसुरेन्द्रवंद्यम् ॥
वन्देरविंदनयनं मणिमाल्यमायुर्वेदःप्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમા અમૃતથી ભરેલા કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર ધારણ કરનારા, સર્વે સિદ્ધ -સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખા નેત્રવાળા, મણિમાળાને પ્હેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક અને વળી જેમના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રેાગ માત્ર નાશ પામે છે, એવા **શ્રી ધન્વંતરી** ભગવાનને હુ નમન કરૂ છુ

" MENS SANA IN CORPORE SANO" "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૩ જું.] નવેમ્બર ૧૯૧૦. [અંક ૧૧ મો.

"The Wheel of the Breast."

(By Ella Wheeler Wilcox.)

Through rivers of veins on the nameless quest,
, The tide of my heart goes hurriedly sweeping,
Till it reaches that curious wheel o' the breast,
The human heart, which is never at rest.
" Faster, faster," it cries, and leaping,
Plunging, dashing, speeding away.

The wheel and the river work night and day.
I know not wherefore, I know not whither
This strange tide rushes with such mad force;
It glides on hither, it slides on thither,

Over and over the self-same course,
With never an outlet and never a source;
And it lashes itself to the beat of passion
And whirls the heart in mill-wheel fashion.

I can hear in the hush of the still, still night,
The ceaseless sound of that mighty river;
I can hear it gushing, gurgling, rushing,
With a wild, delirious, strange delight,
And a conscious pride in its essence of might,
As it hurries and worries my heart forever.

And I wonder oft as I lie awake,
And list to the river that seethes and surges
Over the wheel that it chides and urges
I wonder oft if that wheel will break
With the mighty pressure it bears, some day,
Or slowly and wearily wear away.

For little by little the heart is wearing,
Like the wheel of a mill as the tide goes tearing
And plunging through my quiet breast,
And a network of veins on a nameless quest,
From and forth into unknown oceans,
Bringing its cargoes of fierce emotions,
With never a pause or an hour of rest.

What India Needs the Most.

(By Dr. Mahadev Prasad E. M. E., N. D., M. N. S. A.)

Water-Cure or Hydropathy is a science of curing diseases by removing the most dormant as well as manifest causes of disease through scientific, methodical and physiologic use of the greatest of nature's healing elements—*water*. The potency of this natural. harmless and common healing agent becomes evident when it is remembered that nearly three-fourths of our body's weight consists of water, and that by its artful employment many of the so-called incurable patients are thoroughly restored to health and vigour. There are hundreds of cases on record of patients who were discharged as incurables from the largest and best-equipped hospitals of Europe and America, whose recovery was despaired of by leading physicions, and whose death was said to be only a question of time. Fortunately, these despairing, drug-diseased, doctored and sometimes butchered human sufferers, as a last recourse, sought the advice and treatment of Water-Cure Physicions or Hydropaths. The results of such a natural treatment quite exceeded their highest expectations; their joy at a narrow escape from an inevitable death knew no bounds; their praise of this new and great healing science was enthusiastic, genuine and endless, and they became the stanchest, faithful and active advocates of Water-Cure everafter. Truly do our scriptures say, "a tree is known by its fruits," and if hundreds, nay, thousands of the great human family have thoroughly tested and sincerely attested to the life-saving, rejuvenating and invigorating virtues of this great "tree" of Water-Cure, surely the rest of humanity may well profit by this experience of others. The followers and faithful adherents of the Drugless Natural Methods of Healing (*i. e.* Water-cure &c.) are daily multiplying at a very rapid rate in all civilized countries especially Germany, the United States of America, France and others. According to a reliable authority

there are, in the United States alone qualified Drugless Nature Cure Doctors numbering no less than 28300, and the followers of this new science of cure are not less than 17600000 And we are sure it is no exaggeration to say that Nature Cure or Naturopathy is praised and practised by millions to-day; and tomorrow it will be praised and practiced by millions more. And some of this vast number occupy very high positions of trust and responsibility ; while many of them are admitted leaders of highest culture and noblest manhood and womanhood. Our long-slumbering Mother, the "Mistress of the East," too, is slowly but surely now awakening herself to the supreme necessity of appropriating this greatest of the modern sciences—the Nature Cure. It is, indeed, high time that the glad gospel of this new Healing Art be spread far and wide in our land, till the whole atmosphere throbs and thrills and beocomes instinct with the idea, while the reverberations, echoes and re-echoes from all quarters of the country meet to form one grand harmonions symphony. This is destined some day to come to pass, but the sooner it does the better.

But there are people whose prower of independent thought and unbiased judgment is almost atrophied, whose dim and color-blind intellectual eye cannot discriminate truth from falsehood, right from wrong, genuine worth from empty outer gloss. These intellectual imbeciles, these blind followers of the blind are always content to be led by their nose, are ever liable to be fooled at any time by any crafty, selfish, sneaking man, who has the audacity to propound some absurd theory (such as the modern "germ-craze") or some high-sounding marvelous "cure-all" drug or some filthy serum. Drugs or medicines never did, never can, and never will cure a single disease—they can, at best, only suppress symptoms at the expense of the patients' vitality. This is the view held by thousands of the best and most experienced physicians the world over.

"But," some one would say, "opinions occupy only an inferior position to actual demonstration, and personal experience". True, but this very demonstration and close actual

experience is the sure foundation on which is raised the towering and majestic mansion of Natural Living and Healing, which affords a ready and sure shelter to all those who care to come under its benign roof. Woe unto him, who leaving this rejuvenating, health-bestowing, seweet fountain of life, vainly and foolishly seeks cure and happiness in poison-bottles, patent nostrums, and filthy serums (pus). O, ye, misguided and deluded children of a great ancestry ! Leave off such a wrong course of action which brings in its train decrepitude, wretchedness, poverty, misery, newer diseases to be feared, greater sufferings to be endured, and premature deaths to be met with. Enough of this blind experimenting on precious human lives. More than 2000 years of drug medication has so much devitalized, dwarfed, deformed and ruined the human race, that it is quite a rare thing now-a-days to find a really healthy and beautiful human being amongst the so called civilized nations of the earth. The average span (length) of human life is reduced more than one-half as a result, and yet the people at large do not seem convinced of the harmfulness and murderousness of the practice of medicine ! But, thanks to the great founders of the various Natural Methods of Healing and to their worthy successors, by whose self-sacrifice, keen research, wide experience, untiring efforts, and above all, an all-embracing unselfish love of humanity, and a sincere desire to promote human happiness regardless of their own individual personal gain, the science of Nature Cure has made rapid strides during the last (nineteenth) century.

At present India is passing through a critical period, and a new spirit is now witnessed all over the country in every department of human interest; the spirit which has roused our sleeping Motherland to assert her right to a worthy place amongst the civilized nations of the earth; the spirit which is energizing her sons to exert themselves by all just and lawful means to improve their physical, social, economic, intellectual, moral and religions status; the new spirit, which, in a word, is making every son of the soil

conscious of a common nationality, and the dawning of a new era of national greatness. As the great Apostle of Awakened India, Swami Vivekanand, truly said: "We have now been placed under God's Providence in a very critical and responsible position;..........the eyes of the whole world are now turned towards this land of India,........" and the result whether India will rise in the estimation of the world or not depends absolutely on the way in which her sons discharge their duty, and respond promptly to the trumpet call of progress. And surely, if India wants to rise, she cannot afford to lose time in thoroughly assimilating what is good and useful in other nations outside India. Our nation especially is much backward in modern physical sciences in general. But the greatest of all sciences which India should first of all learn and appropriate is Nature Cure or Naturopathy. For this is the one science which enables us the most to acquire *mens sana in corpore sano*; (sound mind in a sound body), which, it is needless to say, is the only sure foundation on which the greatness of an individual or a nation depends. The great advantages that will be derived from this one grand science are many, lasting and immediate. If by some magic, let us only suppose, the whole of India were to become tomorrow thoroughly acquainted with the theory and practice of Naturopathy, more than a hundred crores of rupees per annum will be prevented from being wasted on foreign medicines, and almost twice the above sum of money can be saved annually which are now spent in buying that civilzation's greatest curse—the life destroying alcohol. Besides this net evident economic gain, the other innumerable physical, mental, moral, social and religious advantages that will surely result are quite beyond the scope of this article to depict. It would suffice for the present to say that the nation will thereby be so much enabled to easily regain her lost ground as no other single science or art can ever even remotely enable her to do. I feel, therefore, quite justified in appealing to my countrymen to master at least the rudiments of this most important Science of Nature-cure.

In conclusion, it is only necessary to say that the writer of this article will be right glad to answer all inquiries and communications regarding this important subject. With these few remarks let us all sing with the poet:—

"Waft! waft ye winds this story,
And oh ye waters roll,
Till like a sea of glory,
It spreads from pole to pole."



The Confessions of a Water Cure Patient.

(By Sir Edward Bulwer Lytton.)

(This article possesses an unusual interest as it comes from the pen of such a high personage as Lord Lytton, a past Viceroy and Governor—General of India. Besides filling such a high official position, Lord Lytton was a distinguished author and a voluminous writer. The following article, contributed some sixty years ago to a well-known English journal, is not a fiction, but *his own case* and represents his personal experience and opinions.

Joint-Editor.)

For sixteen years I can conceive no life to have been more filled by occupation than mine. To a constitution naturally far from strong, I allowed no pause or respite. At length the frame—patched up for a while by drugs and doctors*—brought in its arrears—crushing and terrible. About the January of 1844, I was thoroughly shatterd. The least attempt at exercise exhausted me. A chronic irritation of the mucous membrane, which had defied for years all medical skill rendered me continually liable to acute attacks, which, from their repetition, and the increased feebleness of my frame might at any time be fatal.

* This is a grave mistake of Sir Lytton; his system was not *packed up*, but *wrecked* by the drugs and doctors.–Jt. Ed.

It was at this time I met by chance with Claridge's work on "Water Cure," as practiced by Priessnitz (a German peasant, the originator of our modern "Water Cure," from 1799—1851 at Grafenburg). Till then, perfectly ignorant of the subject and the system, except by vague stories and good jests, I resolved at least to examine dispassionately into its merits as a medicament. I was then under the advice of one of *the first physicians of our age. I had consulted half the faculty.* I had every reason to be grateful for the attention, and to be confident in the skill of those whose prescriptions had *flattered my hopes* and *enriched* the chemist. But the truth must be spoken—far from being better, *I was sinking fast.*

While thus perplexed, I fell in with one of the pamphlets written by Dr. Wilson, of Malvern, and my doubts were solved. Here was an English doctor, who had himself known more than my own sufferings; who, like myself, had found the pharmacopia in vain, who had spent ten months at Grafenburg, and who left all his complaints behind him—who, fraught with the experience he had acquired, not only in his own person, but from scientific examination of cases under his eye, had transported the system to our native shores.

I resolved then to betake myself to Malvern. On my way through town, I paused, in the innocence of my heart, *to inquire of some of the faculty if they thought the water-cure would cure my case.* With one exception, *they were unanimous in the vehemence of their denunciation.* Granting even that in some cases especially of rheumatism, hydropathy had produced a cure, to my complaints it was worse than inapplicable—it was highly dangerous—it would probably be fatal.

A little reflection tought me that the members of the learned profession are naturally the very persons least disposed to favour innovation. A lawyer is not the person to consult upon bold reforms in jurisprudence. *A physician can scarcely be*

expected to own that a Silesian peasant will cure with water the diseases which resist an armament of phials.

Still my friends were anxious and fearful, to please them I continued to inquire, though not of physicians, but of patients. I sought out some of those who had gone through the process. I found the account so encouraging that I grew impatient of delay. *I threw physic to the dogs* and went to Malvern.

The first thing that struck me was the extraordinary ease with which, under this system, good habits are acquired and bad habits relinquished. Patients accustomed for half a century to live hard and high, wine-drinkers, spirit-bibbers here voluntarily resign all strong potations.

The next point which impressed and struck me was the extreme and utter innocence of the Water—Cure in skillful hands—in any hands indeed not thoroughly new to the system. Certainly when I went, I believed it to be a kill or cure system. I declare upon my honor that I never witnessed one dangerous symptom produced by the Water-Cure.

All that interests and amuses us is of a healthful character; exercise, instead of being an unwilling drudgery, becomes the inevitable impulse of the frame braced and invigorated by the element. A series of reactions is always going on—the willing exercise produces refreshing rest, and refreshing rest willing exercise. The powers of nutrition become singularly strengthened, the blood grows rich and pure—the constitution is not only amended—it undergoes a change.

That which thirdly impressed me was no less contrary to all my preconceived notions. I had fancied that the system must be one of great hardship, extremely repugnant and disagreeable I wondered at myself to find how soon it became so associated with pleasurable and grateful feelings as to dwell upon the mind among the happiest passages of existence. I have known hours of as much and as vivid happiness as

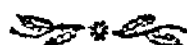
perphps can fall to the lot of man; but among all my most brilliant recollections I can recall no periods of enjoyment at once more hilarious and serene than the hours spent on the lonely hills of Malvern.

And now came gradually, yet perceptibly, the good effects of the system I had undergone; flesh and weight returned; the sense of health became conscious and steady; I had every reason to bless the hour when I first sought the springs of Malvern. And here, I must observe, that it often happens that the patient makes but slight apparent improvement when under the cure, compared with that wnich occurs subsequently (known as after-effects.—Jt. Ed.)

It is this profound conviction which has induced me to volunteer these details, in the hope to induce those who more or less have suffered as I have done, to fly to the same rich and bountiful resources. We ransack the ends of the earth for drugs and minerals—we extract our potions from the deadliest poisons—but around us and about us, Nature proffers the Hygiene fount, unsealed and accessible to all.

The remedy is *not* desperate. It bequests none of the maladies consequent on blue pills and mercury—on purgatives and drastics—on iodine and aconite—on leeches and the lancet. I would not only recommend it to those who are sufferers from some grave disease but to those who require merely the fillip, or the bracing which they often seek in vain in *country air or a watering place.*

[Thanks to the efforts of such great men as Rev Seb. Kneipp, Luis Kuhne, Dr. Lellogg, Dr. Kenedict Lust (the Founder and Proprietor of the " Youngborn " Sanitarium) and many otheres, the Science of Water —Cure has made immense strides since the days of Sir Bulwer Lytton.—Jt. Ed.]



The Inherent Law of Life.

(A Review.)

(By Dr. Mahadev Prasad E. M. E., N. D, M N, S. A)

THE INHERENT LAW OF LIFE: *A New Theory of Life and Disease. By Dr. Franz Kleinschrod, M. D., and translated from the German & Edited by Luise C. Appel, F. T. S., B. Sc., M. B, B. S. (Lond.) 12 mo. Cloth. 214 pages. Price, Not given. Publishers: G. Bell & Sons, Ltd., York House, Portugal St, Kingsway, W. C., London.*

This is a unique book deserving highest merit and widest circulation. In this book the learned author has very ably discussed the fundamental principles of life and disease upon which alone can be raised a rational Science of Healing. The orthodox (allopathic) school of medicine is principally based on "the mechanistic theory" which looks upon life as a purely material process and disease as a purely material disturbance of this material life, caused in a purely mechanical way by outer material causes of disease. This mechanistic theory of the allopathic school does not recognize any *inner*, immaterial, finer cause being at work in bringing about the various phenomena of life both in health and disease. The followers of this school of thought try to explain every phenomenon or happening in life in a purely *material way, searching only for outer* causes. The attempt is foolish and fruitless. It is a well-known fact, and some of the best modern scientists frankly admit it, that the mechanistic theory has not yet been able satisfactorily to explain in a mechanical way any one life phenomenon, however trivial —such, for example, as the movement of the cilia of a cell. The same is true of disease. Not one single symptom of disease can be explained mechanistically, let alone the question of healing.

To quote only a single such frank admission of a well-known scientist from a vast number of similar ones, we think, will quite suffice: Sachs, the celebrated botanist, for instance, says, "The true nature of breathing is still unexplained." And it will

always remain unexplained by the purely mechanistic theory which recognizes only outer material causes. Every true thinker and philosopher has regarded such a blind one-sided view as altogether erroneous. Hume, the eminent classical philosopher, says: "The effect can never be explained by *outer* causes, nor nature ever be interpreted by *outer* causes alone." Similarly the renownd German philosopher, Schopenhauer also says, "Everything visible is based upon an invisible." Thes learned author of the book under review has adduced a number of substantial arguments to prove "that the mechanistic theory of the orthodox school is the greatest error of our age." And the so-called medical "science' based upon this fundamentally erroneous theory has 'destroyed more lives than war, pestilence and famine combined" says the well-known Dr. John Mason Good M. D., F. R. S. The author, then, proceeds to prove conclusively that a living organism is as much different from a lifeless object as day from night; that living beings are not mere material machines; that we are not all clay and dust; that a higher, finer, imperishable, life-principle resides and rules in every living organism. How beautifully and intuitively has the poet, Longfellow, expressed this idea in the following lines:—

Tell me not, in mournful numbers,
Life is but an empty dream!

... ...
... ...

Life is real! Life is earnest!
And the grave is not its goal;
'Dust thou art, to dust returnest'
Was not spoken of the soul.

... ...
... ...

The author has, then, well contrasted a lifeless machine with a living one, showing very clearly that quite a different law works in the formation and preservation of each. For example, it is a patent fact that a lifeless machine which is out of order

does not repair itself. The fact that life can repair itself proves that it must have a law of its own. Not only is it true that the lifeless world and the living world are quite distinct and that each is governed by a different law of its own, but further that there is a perpetual struggle going on between the two. That is to say, life forms an organization to overcome *the law of the lifeless world*, and *by the same law it* continually tries to maintain and preserve it. On the other hand, the lifeless world seeks to destroy what life builds up. So long as life is able to maintain this struggle and to successfully protect and preserve its own orgainzation from the attacks of the lifeless world it remains healthy & vigorous. When life is no longer able to overcome by its law the lifeless world, it is ill *For example, the author maintains that, we do* not take cold because of the outside cold, but only when the organism is no longer able to maintain its heat organization against the outside cold. "The Struggle for Existence" has become a stock-phrase of our day, and yet it is not wrong to say that it is more often used to conceal a lack of knowledge than to intelligently express a definite knowlege of the fundamental laws of life. But when one fully understands the *inherent law of life*, as laid down in this book, this very phrase becomes very suggestive and self-evident. This struggle for existence only the healthy can stand So long, therefore, as life is healthy *it can* easily carry on the struggle, and *it is a pleasure to live and to struggle*

The orthodox mechanistic theory is clearly shown to be quite *impotent* to solve many of the perplexing problems of life and death. The author therefore puts forth his well-known "VITALIST THEORY" by the help of which most of these problems are instantly and rationally solved. The author has therefore succeeded, we think, in discovering, the fundamental *law of life, and has been able now to* place his theory *of disease —the Vitalist Theory*—upon a scientific basis, which will insure for it the recognition, that has hitherto been denied it by science. The logical deductions that inevitably follow from this

Science, while the translator has had the advantage of studying the ancient Eastern Science, in its modern form of Theosophy, as tought by Mrs. Annie Besant. The translator has enhanced the usefulness of the book by inserting valuable notes within square brackets. We vary heartilly recommend this book to our thoughtful readers, and wish the book a wide circulation that it so well deserves.

सांप्रतकाळनी वैदकविद्या.

(લેખકઃ તંત્રી)

ધન્વન્તરી માસિકમાં પુરાતન કાળની દેશી દવાઓના, આરોગ્ય શાસ્ત્રના, તથા મેસ્મેરીઝમ, સ્પિરિચ્યુ એલીઝમ, વિગેરે અનેક વિદ્યાઓના લેખો લખવામાં આવે છે. તેથી અમારા કેટલાક સ્નેહીઓ અમને લખે છે કે આપને લાંબા વખતનો દવાનો અનુભવ છે, છતાં આ દવાથી રોગો મટે છે એ સંબંધીના દ્રઢ નિશ્ચયમાં શા માટે ફેરફાર કરોછો! અને **નેચરોપથી** પદ્ધતિથી રોગો મટે છે, તે પદ્ધતિ ઉત્તમ પ્રકારની છે, એમ કેમ લખોછો! આપના લેખોથી પ્રજાવર્ગના દવા સંબંધીના વિચારો બદલાઇ જાય તેમ છે, અને તેમ થાય તો વૈદકનો ધંધો કરનારને હાનિ થવાનો સંભવ છે, માટે આ દેશના અને પરદેશના વૈદક ગ્રંથોમાં જે દવાઓનું વર્ણન હોય તેવાજ લેખો દાખલ થાય તો વધારે સારૂં, છતાં આપના વિચાર શા માટે બદલાય છે તે અમને સમજાતું નથી, વિગેરે લખે છે. એ વાત તો ખરી છે કે, જ્યારથી અમે **નેચરોપથી** વિદ્યાનાં પુસ્તકો વાંચવાનું શરૂ કર્યું છે, અને તે પ્રમાણે રોગો મટાડવાની પદ્ધતિ પણ ગ્રહણ કરી છે, ત્યારથી અમારી એ વિદ્યા સંબંધી વધારે ખાત્રી થતી જાય છે, અને અમારા વિચારોમાં પણ કેટલોક ફેરફાર થતો જાય છે. અનુભવ અંતે જે વાત સત્ય લાગે તે વાત ગ્રહણ કરવામાં, પાછલા વિચારો જેટલા પ્રમાણમાં ભૂલ ભરેલા માલુમ પડે તેટલા પ્રમાણમાં તે બદલવા, ને થતી ભૂલ સુધારવા અમને જરા પણ વાંધો નથી.

શ્રી મહાકાલ પત્રના વ્યવસ્થાપક શ્રીયુત છોટાલાલભાઇને પણ મહાકાલના ગ્રાહકોએ પોતાના બદલાતા વિચાર સંબંધી ખુલાસા પૂછેલા છે. અને તેનો ઉત્તર શ્રીમહાકાલ પત્રમાં તેમણે આપેલો છે તેને અનુસરીને અમારો પણ જવાબ છે, માટે તે આ સ્થળે અમે દાખલ કરીએ છીએ.

" એક સજ્જન લખે છે કે તમે એક નિયમ આજે પ્રતિપાદન કરો છો તો કાલે વળી તેથી જુદા પ્રકારનો નિયમ પ્રતિપાદન કરો છો. આજે તમે એક બાબતને વખોડો છો, તો કાલે વળી તેનેજ વખાણો છો. તમારા મનની, અર્થાત્ નિશ્ચયોની, આ પ્રકારની

અસ્થિરતા અનેક પ્રસંગે મ્હારા અવલોકવામાં આવી છે—' પ્રિય હૃદય ! તમારૂં કહેવું કેવળ સત્ય છે. હું નિરંતર બદલાતોજ ચાલું છું—કદિ પણ ન બદલાય એવી અવિક્રય સ્થિતિને માટે મ્હારો અને આખા જગતનો પ્રયત્ન છે અને જ્યાં સુધી એવી સ્થિતિ કે જે પરમાત્માથી અભિન્ન છે તે મને તથા આખા વિશ્વને નહિ પ્રાપ્ત થાય ત્યાં સુધી તે નિરંતર બદલાતુંજ ચાલવાનું. જે મોડો અથવા બહુ વિલંબે બદલાય છે, તેની ઉન્નતિ બહુ મોડી થાય છે. હું ઇચ્છું છું કે હું અને તમે ક્ષણે ક્ષણે બદલાતા ચાલીએ. શું તમે નથી અવલોક્યું કે, જળનો પ્રવાહ જેમ વેગથી પોતાનું સ્થાન બદલતો આગળ ચાલે છે, તેમ તે અધિક શુદ્ધ થાય છે ? બીજક બદલાઇને અંકુર થાય છે, અંકુર બદલાઇને છોડ થાય છે, છોડ બદલાઇને વૃક્ષ થાય છે, બાળક બદલાઇને કુમાર થાય છે, કુમાર બદલાઇને યુવક થાય છે, યુવક બદલાઇને પુખ્ત વયનો મનુષ્ય થાય છે તુરો મરવો બદલાઇને ખાટી કેરી થાય છે, અને ખાટી કેરી બદલાઇને પાકી ગળી કેરી થાય છે શું તમે બાળકને બાળકનાજ રૂપમાં, બીજકને બીજકનાજ રૂપમાં, અને મરવાને મરવાનાજ રૂપમાં મર્યાદા રાખી રહેવા ઇચ્છો છો ? સત્યની પણ ભૂમિકાઓ છે બાલ્યાવસ્થામા જે સત્ય હોય છે તે કુમાર અવસ્થામા અસત્ય ભાસે છે, કુમાર અવસ્થામા જે સત્ય ભાસે છે, તે યુવાવસ્થામાં અસત્ય ભાસે છે. અને યુવાવસ્થામાં જે સત્ય જણાય છે, તે પુખ્ત વયમા અસત્ય જણાય છે. તમે આજે ગમે તેવા વિદ્વાન કે જ્ઞાનવાન્ હશો, તો પણ તમે જે જાણો છો તેનાથી ચઢીયાતી વિદ્યા અને જ્ઞાન છે, અને તે ચઢીયાતી વિદ્યા અને જ્ઞાનની સાથે સરખાવતાં, આજે જે તમે જાણો છો તે અસત્ય અર્થાત્ ઉતરતા પ્રકારનું છે, ચઢીયાતી વિદ્યા અને જ્ઞાનની પ્રાપ્તિને માટે આજે જે ઉતરતા પ્રકારની વિદ્યા અને જ્ઞાન તમને પ્રાપ્ત છે તેનો તમારે ત્યાગ કરવોજ જોઇએ ઉચા નિશ્ચયોની ભૂમિકામા પ્રવેશ કરવાને માટે તમારે તમારા આજના નિશ્ચયો બદલવા જોઇએ. તેમ તમે નથી કરતા અને ગ્રહણ કરેલા નિશ્ચયોના પુછડાને પકડીનેજ બેશી રહો છો તો તમારી ઉન્નતિ અટકે છે, એટલુંજ નહિ પણ પશુના પુછડાને પકડી રહેનારને જેમ પશુની ધણી લાતો ખાઇને તેનું પકડેલું પુછડુ અંતે છોડવું પડે છે; તેમ આજના નિશ્ચયોનેજ કેવળ સત્ય માની તેમને પકડી રહેનારને આગળ ન વધનારને અનેક દુખો સહન કરીને આખરે ઉચે ચઢવું પડે છે. આથીજ પ્રિય હૃદય ! મ્હારા નિશ્ચયોમા હુ નિરંતર બદલાતો ચાલુ છુ, અને ભવિષ્યમાં અત્યંત વેગથી બદલાવા ઇચ્છુ છુ. તમને તમારા સ્વીકારેલા નિશ્ચયોમાજ જીવનના અંત પર્યંત પડી રહેવુ પ્રિય લાગતું હોય, તો તમારી સ્વતંત્રતાની આડે આવવા મ્હારી લેશ પણ ઇચ્છા નથી. મારા નિશ્ચયો કે વિચારો સ્વીકારવાને હુ કોઇને આગ્રહ કરતો નથી. જે કુશળ વ્યાપારી પોતાનો ઉત્તમ માલ ગ્રાહકોની દ્રષ્ટિએ પડે તેમ પોતાના પણ્યગ્રહ (દુકાન) મા યુક્તિ પૂર્વક ગોઠવે છે. તેમ માહરા વિચારોને મને પ્રાપ્ત કુશળતા પ્રમાણે હું માસિકમા સ્થાપુ છુ. જો તમને તે આકર્ષક ભાસે તો ભલે તેનો સ્વીકાર કરો; ન ભાસે તો ભલે તેનો અનાદર કરો અન્ય સજ્જન ઉદ્ગાર કાઢે છે કે–'માસિકમા હવે પિષ્ટપેષણ બહુ આવે ?' પ્રિય આત્મન્ ! ઉપરના સજ્જનને જ્યારે હુ બદલાતો ભાસુ છું અને પૂર્વના નિશ્ચયોથી જુદા પ્રકારનાજ નિશ્ચયો દર્શાવતો જણાઉ છુ, ત્યારે તમને હું તેનો તેજ વેષ લેઇને ઘડી ઘડી કંટાળો ઉપજે એવી રીતે આપતો દેખાઉં છું. તમે

ગરૂડની ગતિથી ગગનમાં ઉડનારા જણાઓ છો. અને તેથી આ માસિક તમને સમડીની પેઠે તેટલાને તેટલાજ આકાશમાં ફરી ફરીને ગોળ ચકરડાં મારતું જણાય છે—પ્રિય આત્મન્! ઉંચે અને ઉંચે અધિક વેગથી ઉડતા જાઓ, આ લેખોથી અનેક ચઢીયાતા લેખોના તમે અધિકારી છો.

ગગનમાં ઉંચે ને ઉંચે ઉડવાના સામર્થ્ય વાળા પૂર્વોક્ત, સજ્જનના જેવા જેમ માસિકમાં પિષ્ટપેષણને જોનારા, એક પક્ષે ઉચ્ચ અધિકારીઓ છે, તેમ અન્ય પક્ષે—**दर्वीपाकरसं यथा ।** એ વચનાનુસાર કડછીની પેઠે સમગ્ર રસોઇમાં ફરી વળવા છતાં, એક પણ પાકના સ્વાદને ન જાણનારા અન્ય પ્રકારના પણ અધિકારીઓ હોય છે. અને તેઓને પણ આ માસિકમાં આવતા લેખો પિષ્ટપેષણ જેવા ભાસે છે. આવા મનુષ્યો કર્તવ્ય બુદ્ધિથી રહિત હોય છે. તેઓ પોતે જે માર્ગે પ્રયાણ કરે છે, તેથી વધારે સારો વ્યહવાર કે પરમાર્થ સાધવાનો માર્ગ હોવાનો સંભવ માનતા નથી. આથી તેઓ કોઇ પણ વિષયમાં નવું શું આવ્યું છે તે જોવાની ખાતરજ તેના ઉપર દ્રષ્ટિ ફેરવી જાય છે. આથી કર્તવ્ય બુદ્ધિવાળા પુરૂષને જ્યારે એક વિષયમાં પોતાના કર્તવ્યમાં મદદ કરનાર કાંઇ ને કાંઇ નવી યુક્તિ કે વિચાર જડી આવે છે, ત્યારે આ મનુષ્યને તેવું કાંઇ પણ નજરે ચડતું નથી, અને તેથી તેને આખો વિષય પિષ્ટપેષણ જેવો ભાસે છે."

ઉપર પ્રમાણે શ્રીયુત છોટાલાલભાઇ જીવનલાલે ખુલાસો કરેલો છે. અને તેવોજ ખુલાસો અમો કરી શકીએ, એથી વધારે કંઇ પણ ખુલાસો કરવા સરખું અમને લાગતું નથી. યુરોપ અમેરીકાના સમર્થ વિદ્વાન શોધકો આપણા દેશના લોકો જેવા વિચાર રાખતા નથી. તેઓ ગમે તે દેશના શોધક કે વિદ્વાને ગ્રંથ રચ્યો હોય; પરંતુ તેથી પ્રજાવર્ગને ફાયદો થાય તેમ હોય એમ લાગે તો, તે ગ્રંથનું અવલોકન કરી તેની સત્યતાનો નિર્ણય કરે છે. અને પોતાના વિચારો પુસ્તકદ્વારા પ્રગટ કરે છે. જો તેઓ પરદેશના ગ્રંથ સામું જોતા ન હોત અને પોતાના દેશનાજ ગ્રંથો જોઇ બેશી રહયા હોત તો યુરોપ અમેરીકા ખંડના લોકો ઉન્નતિ ક્રમમાં આગળ વધ્યા છે તેમ કદિ પણ થાત નહિ. માટે જુદા જુદા દેશમાં થતી શોધ ખોળોનું જ્ઞાન મેળવવું અત્યંત જરૂરનું છે.

એક વિદ્વાન લખે છે કે:—

It is of no avail to read your ancient books over and over agin. They will tell you nothing new.

અર્થાત્ જુનાં પુસ્તકો વારંવાર વાંચવાથી પણ તેની તેજ બાબતનું જ્ઞાન થવાનું પણ નવી કાંઇપણ બાબત તેમાંથી મળી આવવાની નહિ. વળી તે કહેછે કે,

But if natives desire to know the news from day to day of his own and foreign countries, he can learn no more than the rudiments of that knowledge through an Indian Language.

અર્થાત્ જો કોઇ માણસ પોતાના ને પારકા દેશના તાજા સમાચાર જાણવાની ઇચ્છા રાખતો હોય તો તેવા સમાચાર તેને ઇંગ્લીશ ભાષાના વર્તમાન પત્રો કે પુસ્તકમાંથી મળી

-આવશે. પરંતુ હિંદુસ્તાનની ભાષાના વર્તમાન પત્ર કે પુસ્તકોના સંતોષકારક રીતે તેને મળી શકશે નહી.

ઇંગ્રેજી ભાષા દુનિયાના સર્વે ભાગમાં હવે વપરાવા લાગી છે તેવી કોઇ પણ ભાષા સર્વ દેશમાં સામાન્ય રીતે વપરાતી નથી.

ઇંગ્રેજી ભાષામાં કોઇ પણ વિદ્યા સંબંધીના ગ્રંથો ખોળીશું તો મળી શકશે. પરંતુ બીજી ભાષાઓમાં હાલમાં થતી નવીન શોધ-ખોળના લેખો તેટલા બધા ભાગ્યેજ મળી શકશે, એટલે આપણે પણ તેવા પુસ્તકોમાં લખાતા લેખોનો સારાસાર વિચાર કરવા માટે તેવા લેખો આપણા ગુજરાતી માસિકોમાં દાખલ કરવા જરૂરના છે, તેમ ન કરતાં આપણે જો આપણા પુસ્તકમાં લખેલું સર્વ ખરૂં છે અને પરદેશનાં પુસ્તકોમાં વિદ્વાનોએ શોધ-ખોળ કરી લખેલી બાબતો તદન ખોટી છે, એવું માની બેસી રહીશું તો આપણે દીર્ઘકાળથી જે સ્થિતિમાં પડેલા છીએ તે સ્થિતિમાંથી જરા પણ આગળ વધવા પામીશું નહિ.

ધન્વંતરી માસિકમાં હાલમાં થતી નવીન શોધ ખોળના લેખો લખવામાં આવે છે. એટલા માટે કે, હાલની આપણી રોગો મટાડવાની જે પદ્ધતિ છે તેના કરતાં નવીન શોધની પદ્ધતિ કેટલા અંશે ખરી છે અને કઇ પદ્ધતિથી રોગીને વધારે ફાયદો થાય છે, એની અજમાયશ કરવાને રોગીને અને તેની સારવાર કરનાર વૈદ ડાકટર કે હકીમને ઠીક પડે. આપણે વાસ્તવિક રીતે વિચાર કરીશું તો જણાશે કે, રોગો મટાડવાની અનેક પદ્ધતિઓ છે તેમાં રોગીઓની યોગ્યતા પ્રમાણે તેની સારવાર કરવાની છે. એક ગામડાના રહેનાર અજ્ઞાન મનુષ્યને જે રોગ ડામ દેવાની ક્રિયાથી અગર ભેંશના બકરીના કે ગોમુત્રના સેવનથી મટે છે તે રોગ તેના કરતાં ઉત્તમ પંક્તિનાને બીજી જાતની દવાઓથી મટે છે. એમ તે દરદીની યોગ્યતા પ્રમાણે અને તેના વિકાસ ક્રમમાં આગળ વધેલા ધોરણ ઉપર નજર રાખી મટાડવા વૈદકશાસ્ત્રે અનેક પ્રયોગો બતાવેલા છે. વૈદકની ઉંચી પદ્ધતિમાં રોગો મટાડવાને પ્રાણાયામ આદિ અને આસનાદિ ક્રિયાઓ છે. વળી હઠયોગાદિમાં પણ અનેક જાતની ક્રિયાઓ બતાવેલી છે. શરીરમાં વિજાતીય મળો સંચિત થવાથી તેની ખબર આપનાર અનેક ચિન્હો થાય છે જે તે રોગના નામથી ઓળખવામાં આવે છે. એવાં ચિન્હોને દવાઓ દબાવી દેછે, પરંતુ વિજાતીય મળો એક જાતના ચિન્હોને બદલે બીજી જાતનાં ચિન્હો શરીરમાં પેદા કરે છે, ત્યારે તે બીજા રોગોના નામથી ઓળખાયા છે. એટલે દવાઓથી શરીરમાં જણાતાં ચિન્હોને દબાવી દેવા એ રોગ નિર્મૂળ કરવાનો ઉત્તમ ઉપાય છે એમ કહી શકાય નહી; પરંતુ શરીરમાં સંચિત થતા મળો કુદરતી ઉપાયોથી શરીરમાંથી કાઢી નાંખવા એજ ઉત્તમ ઉપાય છે.

આનંદના મેળાવડામાં આપ્ત કે સ્નેહીવર્ગ માટે આપણે ભાતભાતનાં ભોજનો તૈયાર કરી તેમનાં ભોજન પાત્રમાં પીરસીએ છીએ, પરંતુ તે પદાર્થોમાંથી દરેક માણસ જેને જે રૂચિમાં આવે અને પ્રિય લાગે તે પદાર્થનું ભોજન કરે છે, અને બીજા પદાર્થો હાથ લગાવ્યા સિવાય જેવા ને તેવા પડયા મૂકે છે. એટલે એક માણસને જે પદાર્થ અતિ રૂચિકર લાગે છે, તેજ પદાર્થ બીજા માણસને અરૂચિકર થઇ પડે છે. અને તેનો ઘણો આધાર

તેની પ્રકૃતિ ઉપર અને યેાગ્યતા તથા અધિકાર ઉપર રહેલેા હેાય છે. તેજ પ્રમાણે વૈદક શાસ્ત્રની રેાગેા મટાડવાની અનેક પદ્ધતિએા છે. તેમાંથી વૈદ ડાક્ટર કે રેાગીને જે પદ્ધતિ પસંદ પડે તે પદ્ધતિ પ્રમાણે વર્ત્તન કરવા તેમને સંપૂર્ણ સત્તા છે.

કુદરતી કાયદાનું ઉલંઘન કરવાથી રેાગરૂપી શિક્ષા થાય છે. અને તેનું યથાવિધ પાલન કરવાથી તે શિક્ષામાંથી મુક્ત થવાય છે. જ્યાં સુધી પ્રજાવર્ગ સ્વાદેન્દ્રિય ને વિષયેન્દ્રિને આધીન થઇ રહેશે ત્યાં સુધી પ્રજાવર્ગમાંથી રેાગેા કદીપણ નિર્મૂળ થવાના નથી. એટલે વૈદ ડાકટર કે હકીમ શિવાય રેાગીએાને જરાપણ ચાલવાનું નથી.

કુદરતના કાયદાનું કેવી રીતે પાલન કરવું અને ઉલ્લઘન થવાથી થએલા રેાગેા કેવી રીતે મટાડવા તે જ્ઞાન એ વિદ્યાના ખાસ હિમાયતીએા વૈદ ડેાકટર કે હકીમેા શિવાય બીજાને ભાગ્યેજ માલુમ હેાઇ શકે. એટલે **નેચરેાપથી**નેા પ્રસાર પ્રજા વર્ગમાં થવાથી વૈદકીય ધંધા કરનારને જરાપણ નુકશાન ન થતાં, ઉલટેા ફાયદેા થવા સરખું છે.

આપણી દેશી દવાએાનેા આખા દેશમાં ઉપયેાગ થતેા દિનપરદિન કમી થતેા જાય છે. અને ઘણે ભાગે સર્વત્ર અંગ્રેજી દવાએા વપરાવા લાગી છે, એ દવાએા પરદેશમાંથી આવે છે અને તેના કરેાડેા રૂપીઆ અવરદેશમાં જાય છે.

અમને ખાસ અનુભવ છે કે એક દરદી પાસેથી આપણે ચાર આના ફી દરરેાજની લઇ તેને ચાર પાંચ ઇંગ્રેજી દવાએા મિશ્ર કરીને આપીએ; તેા પણ નિદાન દેાઢ આના સુધીની દવા આપણે તેને આપવી પડે–એટલે દરેક દવા આપનારની કમાઇનાં સરાસરી ⅜ નાણાં તેા અવરદેશમાં જાય છેજ. **નેચરેાપથી**ના ઉપચારેા કરવામાં અવદેશથી કંઇ પણ દવાએા મંગાવવાની જરૂર રહેતી નથી, ને દેશના પૈસા દેશમાંજ રહેવાના છે. તેથી પણ એ વિદ્યાનેા પ્રસાર થયે પ્રજા વર્ગને લાભ થવાનેા છે.

વૈદક વિદ્યા સંબંધી વિદુષિ **એનીબીસેન્ટ** પેાતાના નીચે પ્રમાણે વિચારેા જણાવે છે. ' વૈદક વિદ્યાની પણ કેવી દશા છે. ડેાકટરેા દવાએાનેા વિચાર વધારે વધારે એાછેા કરતા જાય છે. મારી જુવાનીના દિનેામાં એક પ્રમાણીક ડાકટરે મને એકવાર કહ્યું હતું કે ' જે લેાક મને દવા વિનાજ સારા રહે એવા જણાય તેમને કેાઇ કેાઇવાર રંગવાળું પાણી ને સેાટની ગેાળીએા આપું છું; દવા આપવાની મારી મરજી નથી; પરંતુ રેાગીએાની દવા લેવાની ઇચ્છા એટલી બધી છે કે મને કંઇપણ આપવાની ફરજ પડે છે, તેથી તેએાને હું નિર્દોષ ચીજો આપું છું' આવી ભાવના વધતી ચાલી છે, દવાએા મારે ડાકટરેાની શ્રદ્ધા એાછીને એાછી થતી જાય છે. તેએા મેાટે ભાગે કબુલ કરતા જાય છે કે તેમની વૈદકીય વિદ્યા જરૂર જોગ પુરૂ પાડનારી છે. તેમના કહેવા પ્રમાણે **એાષધિશાસ્ત્ર અનુભવ સિદ્ધ પ્રયેાગાત્મક, કેાઇ પ્રકારના સત્ય સિદ્ધાંતના આધાર વિનાનું છે.** પરંતુ આરેાગ્ય જાળવવાનેા ખરેા માર્ગ શેાધી કાઢવાની નિરાશામાં "વિવિશેક્શન" (જીવતાં પ્રાણીએા ઉપરના ભયંકર પ્રયેાગેા)ના ભયંકર આડે માર્ગે તેએા ઉતરી પડયા છે. તેમનાથી અન્ય રીતે ના મેળવી શકાતાં રહસ્યેા પ્રકૃતિના નિરાધાર બાળ જીવેાને ત્રાસ આપી તેમની પાસેથી લેઇ લેવાનેા પ્રયત્ન ચલાવે છે. પરંતુ આ તેા વિનાશકારક માર્ગ છે. **આથી વૈદક વિદ્યા કેાઇ પણ પ્રકારની રેાગશમન વિદ્યામાંથી વધારે ને વધારે દૂર ખસતી જાય છે,** તેને

બદલે તે વિષવર્ધક વિદ્યારૂપ બનતી જાય છે. તેથી સમતોલ બનેલાં વિષોના મધ્યમાં તમે સહેજ 'સાજ આરોગ્ય મેળવી શકો, જ્યારે ડાકટરોને કંઈક ના સમજી શકાય એવું મળી આવે છે, ત્યારે તેઓ કહે છેઃ—"આપણે તેનો એકાદ પ્રાણી ઉપર પ્રયોગ કરી જોઈએ. એકાદ માનવીના કરતાં એકાદ પ્રાણી ઉપર આવો પ્રયોગ અજમાવી જોવો ઉત્તમ છે. ભલે. પરંતુ તેથી પ્રાણીમાં સમાન પરિણામ જણાઇ આવતાં નથી, માનવીને જે વિષરૂપ હોય તે એકાદ પ્રાણી માટે વિષરૂપ ના હોય તો તમારા પ્રયોગો, વર્તમાનમાં ઇરાદાપૂર્વક અપાતા વિષોમાં વધારા રૂપ, ઇરાદા વિનાના વિષ પ્રચારના વિસ્તાર રૂપ માનવા જોઇએ. " વિવિશેકશન " (જીવતાં પ્રાણિઓ પરના વાઢ કાપના ક્રૂરપ્રયોગ) ના પરિણામ સ્વિકારવા લોકને મંદવૃત્તિ બનાવનાર એક પ્રકારનો ભય ઉપજી આવે છે. ખુરાસાની અજમાનુજ દૃષ્ટાંત લ્યો. મેંઢાં સુખેથી તે ચરી શકે છે, પણ તે તમારો તો ઘાતજ કરે. જો લોકને ખુરાસાની અજમાની અસર જણાવવાની જરૂર હોય, અને તેના પ્રયોગ મેંઢા ઉપર કરી જોવામાં આવે તો પ્રયોગાત્મક વિદ્યાના આવા ખાસ ઉપયોગના પરિણામ રૂપ અનેક માનવિનાં મરણથાય. આવી ભૂલમાં દોરાયેલી અને અંધ બનેલી વિદ્યાનાં આવાં સર્વ પ્રકારનાં દુર્બળ પરિણામો વડે "સીરમ," "ટોકસીન", રસીયો અને એના જેવી સર્વ અન્ય દવાઓને તેઓ માનવ દેહમાં રેડી રહ્યા છે. તેના વડે શું પરિણામ લાવવાનું છે ? તેમનાથી જાતીનું પ્રાણતત્વ ઓછું બનતું જાય છે; તેમના વડે માનવીની રોગના સામે થવાની શક્તિ ઓછી થતી જાય છે. મારૂં એમ નથી કહેવું કે તમે ધીમાવિષ પ્રચારવડે અમુક સમય માટે એકાદ માનવીને દેખીતો રોગરહિત ના બનાવી શકો. તમે તેને વિષનો ડોઝ આપો છતાં તેના ઉપર કંઇ અસર ના થાય એવો બનાવી શકો. તમે સોમલનો પણ આમ ઉપયોગ કરી શકો. તમે માનવદેહમા એટલો બધો સોમલ દાખલ કરી શકો કે આવો ઝેરી માણસ મર્યું વિના સોમલનો મોટો ડોઝ લઇ શકે. તમે એમ કહેવા માગો છો કે, આનું નામ આરોગ્ય ? હું કહું છુ કે એનુંજ નામ રોગ. આવી સર્વ પ્રકારની દુઃખકારક વિધિઓ માનવદેહમાંના પ્રાણતત્વને ઓછું બનાવે છે, તથા શરીરને થોડાક રોગોમાંથી માત્ર બચાવવાના બાહાનાથી અનેક રોગનો ભોગ કરી મુકે છે. ગમે તેટલી સંભાળથી માપસર આપો તો પણ વિષ પ્રચારથી આરોગ્ય મળી શકતું નથી. શુદ્ધ જીવન, શુદ્ધ આહાર, નૈતિક મનોનિરોધ, કામનાના વિકારોને આધીન ના બનતાં તેમને તમારા આધીન કરવાવડે, આરોગ્ય જાળવી શકાય છે. જો તમે સદાચારી જીવન ગાળીને એવા જીવનના પરિણામને પ્રાણિ વર્ગના સંતાપેલા દેહોમાંથી તાણી ખેંચીને મેળવેલા પદાર્થો વડે દૂર કરવાની આશા ગખતા હો તો તે મર્ણ સન્મુખ લેઇ જનારો, પણ જીવન સન્મુખ લેઇ જનારો માર્ગ નથી. આમાં પણ વળી એક પ્રકારની કુંકિત દશા પ્રાપ્ત થાય છે. કારણ કે વિવિશેકસન વાદિઓ પણ પોતાના શોધોમાંથી મેળવેલાં પરિણામો વિષે થોડા ઘણા ભય પામવા લાગ્યા છે." રોગ વિષેના સિદ્ધાંતોના પણ ઉત્તરો મળી શકે એમ છે પણ તે અન્ય પ્રસંગે કહીશું.



प्रतापमय कान्ति अने मोहक स्वरुपनी किंमत तथा लाभ.



(લેખકઃ ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ. ઇ. એમ. ઈ., એન. ડી.)

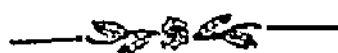
મહાન ગ્રીક તત્વવેત્તા પ્લેટોનું એવું માનવું હતું કે આપણને જે બે ઉમદામાં ઉમદા અને મોટામાં મોટી બક્ષીસો કુદરત કે પરમેશ્વર આપી શકે તે એક તો, ઉચ્ચ પ્રકારની બુદ્ધિ અને બીજી પ્રભાવશીલ લાવણ્યમય કાન્તિ છે. આ મહાન્ તત્વવેત્તા આ બે બક્ષિસોને લક્ષ્મી, ઉચ્ચકુળ, અને સત્તા કરતાં પણ વધારે પસંદ કરતો. આપણામાંથી કેટલાક કદાચ આ મહાન્ પુરૂષના અભિપ્રાયથી સંપૂર્ણ માનપૂર્વક જુદા પડવાની ઇચ્છા જણાવતા કહેશે કે, "ઉચ્ચ પ્રકારની બુદ્ધિ અને સ્વરૂપના કરતાં પણ અમને તો આરોગ્ય અથવા તંદુરસ્તી વધારે કિંમતી લાગે છે, માટે અમે તો એજ પસંદ કરિયે." પરંતુ હું આ સ્થળે જણાવવાની રજા લેઉંછું કે, બહારની ટાપટીપ યા કૃત્રિમ શોભા નહિ, પરંતુ ખરેખર વાસ્તવ લાવણ્યતા અને પ્રભાવશીલ મોહકતા માત્ર નિરોગ–તંદુરસ્ત મનુષ્યોનેજ પ્રાપ્ત હોય છે; કારણકે સુસ્વરૂપ તે તંદુરસ્તી વગર કદિ પણ લાંબો કાળ ટકી રહી શકતુંજ નથી; જો કે આરોગ્ય છતાં ક્વચિત સંપૂર્ણ લાવણ્યતા અને પ્રભાવમય કાન્તિનો અભાવ કેટલાંક બીજાં કારણોથી જોવામાં આવે છે.

આ પ્રપંચમય અસ્થિર સંસારનાં ક્ષણિક સુખ આપનાર ધન, માલ, જમીન, જાગીર, વૈભવ, સત્તા વિગેરેની નિરૂપયોગતા સમજી તેનો ત્યાગ કરનાર વિરક્ત પુરૂષોએ પણ સુસ્વરૂપ અને પ્રભાવમય કાન્તિને ધિક્કારી કાઢવાની નથી. કારણ કે મહત્તા અને મોહકતા, પવિત્રતા અને પ્રભાવ, સદાચાર અને સદારોગ્ય એ હમેશાં આપણા વિચારોમાં અને જગતમાં અભેદરીતે જોડાઇ ગયેલાંછે. આજ કારણથી શ્રીકૃષ્ણચંદ્ર, રામચંદ્ર, વિશ્નુભગવાન, શ્રીઆદ્યશક્તિ મહામાયા, ગૌરી, ઉમા, લક્ષ્મી તેમજ બુધ્ધ, ક્રાઇસ્ટ વિગેરે સર્વ દેવ દેવીઓ, દૈવી અવતારી ધર્મ સંસ્થાપકો, અને સર્વ દૈવી વિભૂતીયો હમેશાં અપૂર્વ પ્રભાવ, લાવણ્ય, મોહકતા અને સ્વરૂપને ધારણ કરનાર છે, એમ સર્વ શાસ્ત્રો, સર્વ ધર્મો અને સર્વ અનુભવી મહાત્માઓ સ્પષ્ટપણે જણાવે છે. તેજ પ્રમાણે પરમેશ્વરનાં, કુદરતનાં, અને મહાન્ પુરૂષોનાં સર્વ કામમાં પણ અપૂર્વ શોભા અને મનોહરતા દૃષ્ટિગોચર થાય છે. આખા જગતમાં જો આમ છે અને જન્મ વખતે પણ કુદરત બાળકોને રૂપાળાં ઘડીનેજ જગતમાં મોકલે છે, તો પછી પ્રભુમંદિરરૂપ આ મનુષ્ય દેહ સ્વરૂપવાન અને સરજનહાર શ્રી પ્રભુની મોહકતા અને પ્રભાવનું ભાન કરાવનાર જ હોય એ સ્વાભાવિક છે, અને તેમજ તે રહેવો જોઇયે, અને તેવો તે રહે એમ વર્તવાની દરેક મનુષ્યની પવિત્ર ફરજ છે એ વાત સ્પષ્ટ છે.

આવી ઉચ્ચ વિચારશ્રેણીમાંથી જરા નીચે ઉતરી હવે આપણે માત્ર વ્યવહાર દૃષ્ટિથીજ શરીરસૌંદર્યની. કિંમત અને ઉપયોગતાનો વિચાર કરિયે. દુનિયાદારીના વ્યવહારમાં પણ તેને ઘણાજ મહોટા અને સંખ્યાબંધ લાભ પ્રાપ્ત થાય છે. દરેક મનુષ્યની જીંદગીમાં વિવિધ પ્રસંગો પ્રાપ્ત થવામાં ચારિત્ર્ય (character) થી તે બીજે જ દરજ્જે

ભોગવે છે, બીજી સર્વ વાતો તેનાથી ઉતરતી છે, આ વાતમાં રહેલા સત્ય વિષે દરેક દેશના અને દરેક કામના ઇતિહાસ સબળ સાક્ષિ પૂરે છે. એક ભુખે મરતી છોકરી સારી સ્થિતિને પામતે પામતે છેવટે એક અતિ પ્રસિદ્ધ અને મહાન શહેનશાહની મુખ્ય બેગમ એટલે પટરાણી થઇ, આખી શહેનશાહત અને શહેનશાહને પણ પોતાના હાથમાં રમાડવાને ભાગ્યશાળી થઇ, ઇતિહાસમાં પોતાનું નામ આખી "દુનીયાંના તેજ" અથવા નૂરજહાં તરીકે અમર રાખી ગઈ, તેનું મુખ્ય કારણ પણ પોતાનું ચિત્તાકર્ષક મન મોહક ઉત્કૃષ્ટ લાવણ્ય અને સ્વરૂપ જ હતું એ જાણીતી વાત છે. આવાજ નાના મ્હોટા અનેક દાખલા બન્યા છે; અને બન્યે જાય છે. મનુષ્યોને એક નવા માણસના ગુણો જાણતાં વાર લાગે છે, પરંતુ તેના ભવ્ય દેખાવ અને મોહક સ્વરૂપના જાદુની નહિ રોકી શકાય તેવી સબળ અસરથી સર્વ કોઇ તત્કાળ ખેંચાય છે અને પ્રભાવ નીચે દબાય છે. વિવાહના પ્રસગોમાં કુટુંબ અને મિત્રમંડળોમાં તથા ખાનગી વ્યવહારમાં સ્વરૂપની કેટલી સત્તા છે, તે અવલોકન અને વિચાર કરનારને તરત સમજાયા વગર રહેશે જ નહિ. પરંતુ આ સિવાય ધંધા રોજગારમાં પણ બહુ જ ભવ્ય અને દેખાવડા તેમજ ચાલાક જણાતા ચહેરાવાળા માણસો કોઇ નવી જગા માટે પસંદ કરવાનો વધારે સંભવ છે, અને તેથી ઘણીવાર હોંશીઆર છતાં માઇકાંગલા મ્હોંઢાવાળા બીજા ઉમેદવારો બિચારા વા ખાતા રહી જાય છે. પોતાની જીંદગીમાં બનતા અનેક ન્હાના મ્હોટા પ્રસંગમા સ્ત્રી પુરૂષોને અનુભવ થાય છે કે પોતાને મળતા વિજય કે પરાજય, સુખ કે દુઃખમાં પોતાના ચહેરાનો દેખાવ બહુ જ આગળ પડતો ભાગ ભજવે છે. આ સર્વ ઉપરથી સાર એ નિકળે છે કે, વ્યવહાર તેમજ પરમાર્થ ગમે તે સાધવા ઇચ્છનારે સ્વરૂપ અને સૌંદર્યની ઉપેક્ષા કે નિંદા કરવાને બદલે, સર્વ ઉપાય વડે તેને યથાશક્ય પ્રાપ્ત કરવાની જરૂર છે, અને આ લેખના આરંભમાંજ કહેવામા આવ્યું છે તેમ, ખરૂં સૌંદર્ય બહારની ટાપટીપ કે કૃત્રિમ ઉપાયોવડે પ્રાપ્ત થઇ શકતું જ નથી; પરંતુ સપૂર્ણ શારીરિક અને માનસિક આરોગ્ય વડે જ મળી શકે છે, માટે આરોગ્યશાસ્ત્રના નિયમો જે આ માસિકમા પ્રસંગોપાત વર્ણવવામાં આવે છે, તે અને અન્ય સ્થળેથી જાણવામા આવે તે પ્રમાણે વર્તવાની ખાસ જરૂર વાચકોને જણાયા વગર રહી નહિ જ હોય. તેથી અતમાં ફરીથી માત્ર એટલું જ કહેવાનુ કે,

Beauty is a golden sceptor, exerting a powerful influence for weil or woe. It has decided destinies, ruled nations, and controlled empires."



રાત્રે અગાસીમાં સુવાના ગુણ.

મને મ્હારી બાલ્યાવસ્થાથી એવું દસાવી દીધું હતું કે, "વા સો ઘા, અને બક્ષ સો નક્ષ", તેથી ઉનાળાના દિવસોમાં પણ હું બારી બારણાં વાસીને સુતો. પછી અકળાઉં ત્યારે એકાદ બારી ઉઘાડી નાંખતો, પણ હવે ખુલ્લી હવાના લાભ સારી રીતે મારા સમજવામાં આવ્યા છે. ચોમાસામાં જ્યારે ખરેખર વરસાદ વરસતો હોય ત્યારેજ હું ઘરમાં સુઉં, અને ત્યારે પણ મારી ઓરડીની સર્વ બારીઓ ઉઘાડી મુકું છું. ઉનાળામાં તેમજ શિયાળામાં પણ હું આજ બે વર્ષથી મારી અગાસીમાં તદન ખુલ્લામાં સુઇ જાઉં છું. ઉનાળામાં ઓઢવાની જરૂર ભાગ્યેજ પડે છે. પણ શિયાળામાં માત્ર મુખનો ભાગ ખુલ્લો રાખી તાઢ ન વાય તેટલું બરાબર ઓઢીને સુઇ જાઉં છું. મારા પાડોશી તો મને ખુલ્લામાં અને તે વળી છો વાળી અગાસીમાં સુતો જોઇને ગભરાઇજ જાય છે. કોઇ કોઇ વખત જ્યારે સખત થંડી પડતી અને લોકો પગથી માથા સુધી ઓઢીને સગડીઓ પાસે બેસીને તાપતા હતા, છતાં સખત ટાઢ છે એવી બુમો પાડતા હતા, ત્યારે પણ હું મારા નિત્યના નિયમ પ્રમાણે મ્હારી અગાસીમાંજ નિર્ભયપણે સુઈ રહેતો હતો. કોઇ કોઇ દિવસ તો એટલી થંડી પડતી હતી કે મારું ઉપરનું ગોદડું ઝાકળથી અરધું પલળી જતું, તથા મ્હારી આસપાસ પાણીના ટીપાં બાઝી જતાં હતાં, તો પણ મ્હને કોઇ દિવસ તાવ આવ્યો હોય, હાડકાં ભાગી ગયાં હોય, કે મ્હારૂં માથું સરખું પણ દુઃખ્યું હોય એવો મને સુદ્દલ અનુભવ થયો નથી. મને ખુલ્લામાં સુવાથી સારી શાંત નિદ્રા આવે છે, અને દિવસે કરેલો સઘળો શારીરિક તથા માનસિક શ્રમ તદ્દન ઉતરી જાય છે. હું જ્યારે મ્હારી અગાસીમાં સુવા જાઉં છું, ત્યારે મંદ મંદ આવતા શીતળ પવનથી, ઉપર વ્યાપી રહેલા નિર્મળ આકાશથી, તથા ઉંચેથી આવતી વિશુદ્ધ હવાથી મ્હને પરમ સુખ શાન્તિનું ભાન થાય છે; અને જાણે હું કોઇ સર્વના સુખનો અનુભવ કરતો હોઉં તેમ જણાય છે, અને નિદ્રાદેવી કોઇ સાધ્ય દેવતાની પેઠે તત્કાળજ મારી સેવામાં હાજર થઇ જાય છે.

ખુલ્લી હવામાં જરૂર પૂરતાં કપડાં ઓઢીને સુનારને તેના અનેક લાભનો અનુભવ થયા વગર રહેતો નથી. આ એકલાજ ઉપાયથી ફેફસાંના ક્ષય જેવા ભયંકર રોગો અને બીજા અસંખ્ય વ્યાધિઓ સંપૂર્ણ રીતે મટી જાય છે, અને દરરોજ આવી રીતે ખુલ્લી હવામાં રાત્રે અગાશીમાં સુવાથી લાભ મેળવનારાઓની સંખ્યા વધતીજ જાય છે. માત્ર એકજ ખરો દાખલો જે થોડાંકજ વર્ષ ઉપર પ્રસિદ્ધ થયેલો તે અત્ર ઉતારવાની જરૂર છે.

મીસ લારા ગ્રેવીસ નામની વિલાયતી એક તરૂણ સ્ત્રીએ પોતાના ઘરના છાપરા ઉપર ખુલ્લી હવામાં રાત્રે અગાસે સુઇ રહેવાનો પ્રથમ જ્યારે આરંભ કર્યો, ત્યારે તેનું વજન માત્ર નેવું રતલ હતું. આઠ માસ અગાસે સુઇ રહેવાનો પ્રયોગ ચાલુ રાખવાથી તેનું વજન સત્તાવીસ રતલ વધ્યું. અને તેનો વ્યાધિ કેવળ મટી ગયો.

वाळ वधारवानो अने खरता अटकाववानो उपाय.

(લેખકઃ ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ ક. એમ. ક., એન. ડી.)

"Beauty in man or woman is a gift divine; yet the crowning beauty is theh air, lacking which there is no tiue perfection."

——Sir W. Davenant.

અર્થઃ "સ્ત્રી અથવા પુરૂષમાં સૌંદર્ય એક દૈવી બક્ષિસ છે; છતાં પણ સૌંદર્યની સર્વોત્કૃષ્ટતા તેા વાળમાંજ રહેલી છે, અને તેના વગર સુંદરતા કદી પણ સંપૂર્ણ ગણાય નહિ"

—સર ડબ્લ્યુ ડેવેનન્ટ.

વાળની રચના—

પ્રસિદ્ધ શારીરવિજ્ઞાન શાસ્ત્રી મૅલ્પીધીએ વાળ અથવા કેશને એક કુંડામાં ઉગતા એક છેાડની સાથે સરખાવ્યેા છે. કારણ કે દરેક વાળનાં મૂળ એક ઉંડી ગ્રંથીમાં દટાયલાં હોય છે, અને તેમાથી જ તેને પેાષણ મળ્યા કરે છે. આપણા શરીરપરનું દરેક રેામ અથવા વાળ ટેાચ તરફ અણીદાર થતી જતી પેાલી ભૂંગળી કે નળી જેવેા છે, અને તે ચામડીની નીચે રહેલી એક એક ગ્રંથિ કે કંદ જેવા એક મૂળમાથી ઉગેલેા હોય છે. વાળનેા કાળેા, ધેાળેા, સેાનેરી કે રાતેા રંગ હોવાનેા આધાર વાળની નળીની અંદર રહેલા રંગવાળા પ્રવાહી ઉપર આધાર રાખે છે. પરંતુ તે વાળનેા બહારનેા ચળકાટ તેા વાળના મૂળ આગળ આવેલી સૂક્ષ્મ સ્નિગ્ધ ગ્રંથિઓમાંથી નિકળતા તેલ જેવા પદાર્થને લીધે જ હોય છે. હથેળી અને પગનાં તળીયાંનેા અપવાદ બાદ કરતાં શરીરની બહારની બધી ચામડીની સર્વ જગાએ વાળ થેાડા વધારે ઉગેજ, એવી ગેાઠવણ રાખેલી હોય છે. પરંતુ શરીરના ઘણા ભાગ ઉપર તેા તે એટલા ટુંકા અને ઝીણા હોય છે કે તે બરાબર દેખાવામાં પણ આવતા નથી.

સ્ત્રીના માથાપર કેશ સાધારણ રીતે વીસ ઇંચથી ત્રણ ફુટ (યાર્ડ) સુધીની લબાઇ સુધી વધે છે. એવેા હિસાબ કરવામાં આવ્યેા છે કે વાળ દરવર્ષે સાડા ૭ ઇંચ અથવા સાડા ૭ તસુ વધે છે. હવે એંશી વર્ષની વયના એક મનુષ્યે પેાતાની તેટલી જીંદગીમાં સત્તાવીસ ફુટ વાળ કપાવી નાંખ્યા હોય છે. વાળની સરેરાશ જાડાઇ કેટલી હોય છે તે નક્કી કરવા માટે સર ઇરેઝમસ વિલસન નામના વિદ્વાને જુદાં જુદાં એંશી મનુષ્યેાના કુલ બે હજાર વાળ એકઠા કરી તેની જાડાઇ માપી, તે પરથી સરેરાશ કાઢી તેા તે $\frac{1}{250}$ થી $\frac{1}{400}$ ઇંચ જેટલી આવી. આખા માથાપર વાળની કુલ સંખ્યા કેટલી હશે તેનેા અડસટ્ટો પણ આ પ્રસિદ્ધ "ડરમૅટૅા લૅાજીસ્ટ" વિદ્વાને કાઢવા માટે એવી ગણત્રી કરી કે, માથાની દર ચેારસ ઈંચ સપાટી પર ઘણું ખરૂં એક હજાર વાળ હોય છે, તે પ્રમાણે સાધારણ કદના માથાપર કુલ ૧૨૦૦૦૦ વાળ હોવા જોઇયે, પરંતુ મેાટા કદના અને ખાચેાખીચ વાળ વાળા માથાપર તેા કેટલીકવાર બે લાખ વાળ પણ હોય છે.

કરતો નથી. રાત્રીએ પુષ્કળ પરસેવો થવો, વખતો વખત ઉભળી આવે તેવી ઉધરસ થવી, ત્સાંરો બેસી જવો, થુંકમાં લોહી પડવું, આ ક્ષયરોગનાં બીજાં ચિન્હો છે, અને ચોકસાઇથી અવલોકન કરવામાં આવે તો ચિન્હ તે નજર બહાર જઇ શકે તેમ નથી. આવાં ચિન્હ જે બાળકોમાં માલમ પડી આવે તેને વસતિગૃહશાળામાં દાખલ કરવાં નહીં જોઇએ, તેમજ જેમનામાં તેવા વિકાર માલમ પડે તેમને બીજાં છોકરાંથી તુરતજ જૂદા રાખવાની અને વૈદના બતાવેલા ઉપચાર કરવાની તજવીજ કરવી જોઇએ.

અંગોટી કરવાની—માથે મ્હોડે ઓઢીને સુવાની ટેવ હિંદુસ્તાનમાં ઘણાંક લોકોને હોય છે, માટે બાળકોને નાનપણથી તેવી ટેવ ન પડે તેવી માબાપોએ કાળજી રાખવી જોઇએ. અને ટેવ પડી હોય તે મુકાવી દેવી જોઇએ; આવી રીતે માથે મ્હોડે ઓઢીને મ્હોડું તદન ઢાંકી દઇને, સુવાથી ફેફસાંમાંથી જે ખરાબ હવા બહાર કાઢી હોય છે તે શ્વાસ લેવાથી પાછી અંદર જાય છે, અને તે ખરેખર ઝેર સમાન છે.

ક્ષયરોગની સામે લડત ચલાવવામાં જેટલા પ્રકારની સહાયતા મેળવી શકાય તેટલી મેળવવાની જરૂર છે; પણ મનુષ્ય જાતના આ શત્રુ સામે એક મનથી, આગ્રહપૂર્વક અને પૂર્ણ હિમ્મતથી હુમલો કરવામા આવશે તો તેના પરિણામે ફતેહજ મળશે એવી આશા રાખવાનાં સબળ કારણ છે. ડૉ. ફીલિપ જેવા ઘણા અનુભવવાળા અને આધારભૂત ગણી શકાય તેવા ગૃહસ્થો જ્યારે કહે છે કે, ખુલ્લી હવાની સારવારથી ક્ષય રોગનાં દર્દીનાં માંદગીનાં ચિન્હો બદલાઈ ગયાં છે, તેમ ક્ષયરોગ એ હવે અસાધ્ય રોગ ગણાતો નથી, અને વળી જ્યારે એમનું માનવું છે કે આ રોગ થોડી મુદ્દતમાં અને પુરેપુરો અલોપ થઇ જશેજ ત્યારે આપણને હિમ્મત આવે છે અને જરૂર પુરતા પ્રયત્ન કરવાને ઉત્તેજન મળે છે. જેથી મનુષ્ય પ્રાણીને એક મોટો લાભ મળી શકે એમ છે તેના પરોપકારી કાર્યમાં ભાગ લેવાને શિક્ષક વર્ગને તક મળેલી છે તે જાણી તેમને ઘણો આનંદ અને સંતોષ થવો જોઇએ, અને એક હક પ્રાપ્ત થયો છે એવું તેમણે સમજવું જોઇએ.

विविध ज्ञान विलास.

(સંગ્રહકર્તા: ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ ભ. એમ. ભ., ઍન. ડી.)

૧. નેપાળમાં સ્પર્શમણી.

એવું કહેવાય છે કે નેપાળમાં હિમાલયના ડુંગરોમાં ચરતાં બકરાં ઉપર રાજ્યથી કર નાંખેલો છે, કારણ કે બકરાનાં પગે લોઢાની નાળો જડેલી હોય છે, અને તે કોઇ કોઇ વખત રખડતાં રખડતાં અચાનક સોનાની બની જાય છે। કયા પથરાના સ્પર્શથી ને ક્યારે બની ગઇ તે કોઇના જાણવામાં આવતું નથી. બકરાના પગે નાળો જડવાનું અને કર નાંખવાનું કારણ સ્પર્શમણીજ છે એમ ધારવામાં આવે છે.

૨. કેટલાંક ચમત્કારિક ઝાડ.

ન્યુઝીલૅન્ડમાં એક ઝાડ છે, તેને ફળ આવે છે ત્યારે તેના પેટમાં એક જાતનો ગુંદર પેદા થાય છે, તેથી જે પક્ષિઓ તે ફળો ખાવા આવે છે તેઓ ત્યાં ચોંટી જાય છે, ને છુટી નહિ શકવાથી મરણ પામે છે.

ઉત્તર હિંદુસ્તાનમાં બારાસેટ જીલ્લામાં બેલુંડગામાં બેસાલ શેખ નામના એક માણસને ત્યાં એક ખારેકનું ઝાડ છે. તેના વિષે એવું કહેવાય છે કે તે પાછલી રાત્રે ત્રણ વાગ્યે નિચે પડે છે, અને સાંજના પાંચ વાગ્યે પાછું ઉભું થાય છે.

દક્ષિણ આફ્રિકામાં એક એવી ચમત્કારિક વનસ્પતિ છે કે, તેનો કટકો ઘરમાં લટકાવ્યો હોય, તો ઘરમાંની બધી માખીઓ ને મચ્છરો વિગેરે તે પર ચોંટી જાય છે ને મરણ પામે છે.

જૈન ગ્રંથોમાં તો એવું લખેલું છે કે અમુક વનસ્પતિનો રસ પગે લગાડવાથી મનુષ્ય આકાશમાં ગમન કરી શકે છે!! હાલમાં ઉડવાના સંચાઓ થયા છે ને ઘણા જોખમ ભરેલા અખતરાઓ થાય છે, તો જો આ અદ્દભુત વનસ્પતિ મળી આવે તો કેવું સારૂં ?!

૩. કળીયુગમાં કુંભકર્ણ.

ફ્રાન્સ દેશમાં એક છોકરી જ્યારે અઢાર વર્ષની થઇ ત્યારે તે લાગલાગટ ચાળીસ દિવસ સુધી પથારીમાંજ પડી રહીને ઉંઘી. તે પછી વળી જ્યારે તે વીસ વર્ષની થઈ ત્યારે પચાસ દિવસ સુધી લાગલાગટ તેણે ઘોર્યા કર્યું. તે પછી એવું કહેવાય છે કે એક દિવસે એટલે ઇ. સ. ૧૮૬૨ ના એપ્રીલ માસની વીસમી તારીખે સુતી તે ૧૮૬૩ના માર્ચ માસની આખર સુધીની તેણે સમાધી લગાવી. કોણ જાણે કુંભકર્ણનો આ અવતાર તો નહિ હોય!! ખરી રીતે જોતાં આ એક ભયંકર રોગજ હોવો જોઇયે. હાલમાં પણ આફ્રિકા વિગેરે દેશમા 'ઉંઘની બિમારી" અથવા "સ્લીપીંગ સીકનેસ" નામનો રોગ ઘણીવાર લોકોને લાગુ પડતો જોવામાં આવે છે. આવા દરદીઓ પખવાડીયું પખવાડીયું કે મહિના સુધી લાગલાગટ પથારીમાં ઉંઘણસી થઇને પડ્યા રહે છે. અને ઘણું કરી જો યોગ્ય કુદરતી ઉપચાર કરવામાં આવતા નથી તો આખરે મરણ પામે છે.

૪, એક રાક્ષસી કદનો દેડકો.

ફ્રાન્સ દેશમાં ત્રણ ફુટના ઘેરાવાનો એક મોટો દેડકો મળી આવ્યો હતો. તેનું વજન છાસઠ રતલ હતું. તેને રાટીના એક વેપારીએ એક હજાર ને પચાસ રૂપીયા આપી વેચાતો લીધો હતો.

૫. કેટલાક મ્હોટા ગણાયલા પુરૂષોની મરણ વખતની સ્થિતિ.

સિકંદર બાદશાહ (અૅલેકઝાન્ડર ધી ગ્રેટ) જ્યારે મરણ પથારીએ પડ્યો ત્યારે પોતે લાખો મનુષ્યોના જાન લેઈ કરોડો મનુષ્યોને ઘરબાર વગરનાં, કરોડો નિરાધાર બાળકોને માબાપ વગરનાં, અને અસંખ્ય અબળાઓને પતિ વિયોગીની વિધવાઓ કરીને, દેશોને પાયમાલ કરીને જે અનર્ગલ ધનસંપત્તિ મેળવી હતી, તે હીરા, માણેક, મોતી, તેમજ સુવર્ણ, મહોરો વિગેરે ચીજોના મોટા મોટા ઢગ પોતાની પથારી પાસે કરાવ્યા. મોટા મોટા વિદ્વાનો, ધર્મગુરૂઓ અને હજુરીઆઓને બોલાવી પુછ્યું

જાણવા જોગ વાતો.

(લેખક તંત્રી.)

બહેરાપણું શાથી લાગુ પડે છે?

ઘણા લોકો બહેરાપણાના દર્દથી પીડાય છે. પરંતુ તે બહેરાપણું સા સબબસર લાગુ પડયું છે. એ સમજી શકતા નથી. બહેરાપણું લાગુ પડવાનાં સંખ્યાબંધ કારણો હોય છે. અને તેમાંનું એક મુખ્ય કારણ ગળા તથા નાકના દરદોનું પણ આભારી હોય છે. એમ થોડાજ વખત ઉપર યુરોપના વિદ્વાન તબીબોએ શોધી કાઢયું હતું. એમ જણાવામાં આવે છે કે બેશ થએલાઓને સુંઘાડવા માટે ઉપયોગમાં આવતી "સ્મેલીંગ સોલ્ટ" ની દવાથી પણ બહેરાપણું લાગુ પડે છે. સ્મેલીંગ સોલ્ટથી નાકની ઇંદ્રિયો નબળી પડી જાય છે બનતાં સુધી જે દવાઓ ઘણીજ તેજદાર હોય તેનો ઘણોજ ઓછો ઉપયોગ કરવો એવો તબીબોનો અભિપ્રાય છે. ખાસ કરી આપણા નાકની શ્વાસ લેવાની ઇંદ્રિયોને એવી તીવ્ર દવાઓથી અલગે રાખવી જોઇએ. જેઓને બહેરાપણાનું દરદ લાગુ પડેલું હોય છે તેઓના સંબંધમાં વિચિત્ર બિના તો એ છે કે બહેરાઓ હમેશ એક સરખા બહેરા રહેતા નથી. પણ દરરોજ તેઓના શરીરની સ્થિતિ પ્રમાણે તેઓ વધતું ઓછું સાંભળી શકે છે. જ્યારે એક માણસે હદથી જ્યાદા કામ કર્યું હોય છે, અને તેથી તે થાકેલો હોય છે અથવા તેણે પોતાના ભેજાને ઘણી તસ્દી આપી હોય છે, ત્યારે પણ એવી સાંભળવાની શક્તિ કમી થઇ જાય છે. રાત્રે ઉંઘ નહી આવવાથી પણ ઘણા લોકો ઓછું સાંભળી શકે છે. કેટલાક સવાર કરતાં સાંજે ઓછું સાંભળી શકે છે, કારણ કે શરીરની શક્તિ અને જ્ઞાનતંતુ ઉપર આખા દિવસનો શ્રમ અસર કરે છે. વળી ભિનાશવાળી ને શરદૠતુથી પણ એવીજ અસર થાય છે ભિનાશના સબબે કેટલીકવાર કાન ઉપર સોજો આવે છે, અને તેથી કાનની સાંભળવાની નળી બંધ થઇ જાય છે.

* * * * *

કોલર પહેરવાથી થતા ગેરફાયદા.

ઇન્ગરેજોના આગમન પછી હિન્દીઓએ તેઓનાં જુદાં જુદાં અનુકરણો કર્યા છે. તેમાં પોશાકનું અનુકરણ એ મુખ્ય છે. એવી કોઇપણ કોમ નહી હશે કે જેમાં થોડા ઘણા એવા માણસો નહીં મળી આવે કે જેઓ એ ઇંગ્રેજોના પોશાકોનું અનુકરણ, નહીં કર્યું હોય. આમાં કોલરોને ગળે પહેરવાના પણ ઘણા ઘણા ઉમંગથી પહેરે છે, તે ઘણા નુકશાન કારક છે યા નહીં તેની તપાસ કોઇક જ કરે છે. બાહારના ભપકા અને શરીરની શોભાસારૂ ભલે આ વસ્ત્ર યોગ્ય હોય પણ તે કેટલું નુકશાન કરે છે તે ઘણા થોડાઓને જ ખબર હશે. સ્ત્રીઓ કમરપાતળી બનાવા કોરસેટો પહેરે છે. તેના જેવુંજ કામ કેટલેક દરજે કોલરો બજાવે છે. અને તેના જેવું જ નુકશાન પણ કરે છે. ઇન્ગલંડનો જાણીતો તબીબ ચાર્લ્સ સવુઇલીયમ ફ્રોઇડીસ અને વૈદક વિદ્યા ચર્ચવામાં આગેવાન ગણાતા "લેનસેટ" પત્રનો જાણીતો લેખક ડા૦ કેરી લેફ્ટન તેમજ ફ્રેન્ચ જંતુ શાસ્ત્રી પ્રોફેસર ડયુ રોઇસેનોના અભિપ્રાય પ્રમાણે ગળાને બંધ બેસતા કોલરો પહેરવાથી ગળાને ફેફસાંના તથા જ્ઞાન તંતુઓના અનેક પ્રકારના વ્યાધિઓ થાય છે. તે પહેરનારા ઘણા

લોકોને આ વ્યાધિઓનો અનુભવ પણ થાય છે પણ તેઓ બાહારના દેખાદેખાવ માટે તન્દુરસ્તિનો ભોગ આપતાં પણ ડરતા નથી.

કોલરો પહેરવાની શરૂવાત ક્યારથી થઇ એ બાબત જાણુવી અગત્યની છે. કેટલીક સદી અગાઉ ફ્રાન્સના એક રાજાના ગળાપર કુષ્ટ (કોઢ) ના દરદ જેવાં સફેદ ચાઠાં જ ણુાયાં, તે ઢાંકવા માટે રાજા એકપડાની એક પટ્ટીનો ઉપયોગ કર્યો હતો, જેનું અનુકરણ થોડા દિવસમા તેના અમલદારોએ કરવા માંડ્યું રાજાને શંકા થઇ કે માહારૂં દર્દ બીજાને લાગુ પડે નહી તેને માટે હું જોઇતી સંભાળ રાખું છું છતાં માહરા અમલદાર વર્ગમાં એ દર્દ કેમ પથરાયું. તેથી તેણે બીજા દિવસ પોતાના ડોકટરને હુકમ કર્યો કે માહારા મ્હોટા અમલદારોમાં એ દર્દ લાગુ પડ્યું છે માટે તમે તેમની સારવાર આવતી કાલથી કરો, ને દર્દ નાબુદ થયાની મને ખબર આપો. બીજે દિવસે ડાકટરે દરેક અમલદારને ત્યાં જઇ તેમનું ગળું બતાવવાને હુકમ કર્યો, તેઓ આશ્ચર્યથી ચકિત થયા ને આમ થવાનું કારણ ડોકટરને પુછ્યું, તો તેણે સઘળી વાત કહી. પછી ડાકટરે રાજાને એ વાત જાહેર કરી કે તેઓને કંઇ આપની પેઠે ગળે દર્દ થયું નથી; પણ આપનું અનુકરણ તેમણે કરેલું-આ પ્રમાણે કોલર પહેરવાની શરૂવાત થઇ અને હવે તો ઘણા દેશોમાં તે ફેશન તરીકે પહેરવાનો ચાલ પડી ગયો છે. તથા સુધરેલા અને નહીં સુધરેલા એવા બન્ને વર્ગના લોકો કોલરોનો ઉપયોગ કરવા લાગ્યા છે.

કોલર પહેરવાથી ગળાને પુરતી સ્વચ્છ હવા નહીં મળવાના સબબે ગળાનાં દર્દો થાય છે. ગળું એડોળ થઇ જાય છે. અને નેત્રના રોગો થાય છે એટલુજ નહીં પણ જંતુઓને રહેવા માટે કોલરો એક સારી જગા પુરી પાડતા હોવાથી ઘણાક ચેપી રોગો પણ લાગુ પડે છે. એમ ઉપર લખેલા વિદ્વાનોનો અભિપ્રાય છે.

***

હીકવા (હેડકી) નો ઉપાય.

ઘણા લોકોને હેડકી આવતાં તે કેમ અટકાવવી તે સમજવું મુસ્કેલ થઇ પડે છે. અને તેથી તેઓ ગભરાઇ પણ જાય છે. પણ રશીયાનો એક તબીબ તે માટે એક ઘણો સસ્તો અને સારો ઉપાય કહે છે. (તે એ વ્યાધિથી પીડાતા હોય તેઓએ તેનો ઉપયોગ કરવો ઘટે છે.)-તે એ વ્યાધિથી પીડાનાર દર્દીને તબ્બખીર (તમાકુ) સુંઘાડે છે, અને જ્યાં સુધી તેને ચાલુ છીંક આવતી નથી, ત્યાં સુધી તે સુંઘાડ્યાજ કરે છે આથી હેડકી આવતી બંધ થાય છે.

***

આંખની અંદર પડેલી ચીજ બાહાર કાઢવાનો સહેલો ઉપાય.

આંખની અંદરના ભાગમાં કોઈ ચીજ પડતાં ઘણું દુઃખ થાય છે. અને તે કાઢવા માટે ઘણા ઉપાયો અજમાવવામાં આવે છે. કેટલાક તે માટે કોકેનનો ઉપયોગ કરે છે. પણ નીચે લખેલા સહેલા ઉપાયથી ઓછી મહેનતે થોડા વખતમાં આંખમાં પડેલી ચીજ બાહાર નીકળી આવે છે. એક સળી ઉપર ચૂસીલેવાના ગુણ ધરાવનાર રૂને વીંટાળો અને તેને આંખમાં ધીમેથી ફેરવો-આથી અંદર પડેલી ચીજ રૂમાં ભરાઇને બાહાર નીકળી આવશે.

પિત્તજ્વરના ઉપાય.

જેને પિત્તજ્વર જોરથી ભરાયો હોય તેણે ફટકડી અને સુરોખાર સમભાગ લેઇ દેવતા ઉપર ફુલાવવો, પછી તેના વજન બરાબર રેવંચીનો શીરો (ખટાઈ) તેમાં મેળવવી. પછી તેને ઘુંટીને બારીકકરી રાખવું. તેમાંથી એક એક વાલ દિવસમાં ત્રણ વખત-સાકરના પાણીમાં મેળવી આપવાથી અથવા સાકરના પાણી સાથે ફાકવાથી પિત્તનો તાવ અને તેથી થતા તમામ ઉપદ્રવો શાન્ત થાય છે.

***

તબીબો લાંબો વખત કેમ જીવતા નથી?

તબીબો તંદુરસ્તીના નિયમો બીજા માણસોના કરતાં-વધુ સારી રીતે જાણતા હોવાથી તેઓ બીજા માણસો કરતાં વધુ લાંબો વખત જીવવા જોઇએ, પણ ફીલાડેલ્ફીઆના જાણીતા માસિક "અમેરીકન મેડીશન" માં એવો અભિપ્રાય દર્શાવવામાં આવ્યો છે કે તબીબો બીજાઓની સરખામણીમાં ઓછો વખતજ જીવી શકે છે અને તેનાં કારણો તે જુદાંજ દર્શાવે છે. દરેક માણસની જીંદગી તે કેવા વસાણાં કે દવાઓ ખાય છે તે ઉપર આધાર રાખતી નથી, પણ માણસ કેવી રીતે પોતાના દિવસો નિર્ગમન કરે છે તે ઉપર તેનો મોટો આધાર રહે છે. તબીબો તંદુરસ્તીના જે નિયમો માટે ઉપદેશ કરે છે તે નિયમો પોતે પાળવાને અશક્ત હોય છે; કેમકે તેઓનો ધંધો એવો છે કે તે પાળવામાં મોટી અટકાવ નડે છે. નાનું દરદ થતાં તે પોતે બિછાને પડી રહીને પો[illegible] પોતાની માવજત કરાવી શકતા નથી; કેમકે તેમને પોતાના ધંધાની ફરજ[illegible]

विश्वेशंवन्दे !

લક્ષ્મીસામ્રાજ્યની લીલા.

(હિંદી ઉપરથી ગુર્જર ભાષાંતરકાર પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.)

ભાગ–પહેલો.

પ્રથમ—પરિચ્છેદ.

બધાએ દિવસ કોઇના એક સરખી સ્થિતિમાં વ્યતીત થતાજ નથી ! કોઇવાર જંગલે જંગલમાં ભટકવું, તો કોઇવાર સુવર્ણના રત્નજડિત સુંદર સિંહાસનપર સુશોભિત થવું, કયારેક રંક તો કયારેક રાજા, અને કવચિત્ ભિક્ષુક તો કવચિત્ દાતાર થવુ, એમ વખતો વખત સ્થિત્યંતર થતોજ દૃષ્ટિગોચર થાય છે !!

પોષ મહીનાનું મોટુ પરોઢિયું છે. એ સમય એક વૈધવ્યદશાને પામેલી વૃદ્ધા સ્ત્રી ગંગાસ્નાન કરી લીધા બાદ બગલમાં ગંગાજળથી ભરેલો માટીનો મોટો ઘડો ધારણ કરી ઠંડથી થરથર ધ્રુજતી ચાલી જાય છે. તેણીની સાડી ભીંજેલીજ છે, ખભાની ઉપર ભીંજેલો દુવાલ પડેલો છે, કઇક ઘુંઘટ ખેંચેલો છે, ઘડાના ભાર વડે વૃદ્ધા કઇક ડગમગતી ગતિવત જણાય છે, અને જોવા ઊપરથીજ માલમ પડે છે કે ... કોઇ ગર્ભશ્રીમાનના ઘરની સ્ત્રી હોયની?

સદર્હુ વૃદ્ધાએ મારકીનની સાડી પહેરેલી છે, તેના તમામ અંગ ઢંકાયલાં છે; છતાં બેઉ પગ અને પગની આંગળીઓને જોતાંજ પ્રતીતિ થતી હતી કે તે વૃદ્ધા ગૈારાંગી નર પચાસ વર્ષથી વિશેષ હોવા છતાં પણ સ્પષ્ટ જણાતું હતું કે વૃદ્ધાના શરીરની હજુ બળ વિદ્યમાન છે.

"માજી ! રસ્તામાં તો આ વખતે કોઇ પણ મનુષ્ય નજરે પડતું નથી; તો પણ તમે ભીંજેલે કપડેથીજ બધું શરીર ઢાંકીને કેમ ચાલ્યાં જાઓ છો ? તમારી ઉમર આટલી બધી વધારે થઇ ગઇછે; છતાં પણ તમોએ લાજ કેમ કહાડેલી છે? જી ! તમે જાતેજ કેમ પાણી ભરોછો? આટલો બધો મોટો ઘડો ઉચકી જવો એ શું તમારૂ કામ છે ? શું તમારા ઘરની અંદર ચાકરડી નથી? મા ! તાઢ ભારે પડે છે, છતા એક સુકાયલું કોરૂં લુઘડુ કેમ ન લેતાં આવ્યાં કે તેને પહેરી લેવાથી આટલી બધી તકલીફ ન થાત ? શું તમારી પાસે બીજુ એક કપડુંજ નથી ! માતુશ્રી ! આટલું બધું વ્હેલું સ્નાન શા કારણુને લીધે કર્યું છે ? હજુ તો રાત છે, ચકલીઓ પણ હજુ બોલવા લાગી નથી, શું અત્યારે સ્નાન કરવાનો—ન્હાવાનો સમય છે? કંઇક તડકો નિકળ્યા પછી ન્હાયાં હોત તો આટલું બધું કષ્ટ ન થાત." આ પ્રમાણે કોઇ સુજ્ઞ મનુષ્યે પૂછયું; પરંતુ તેના પ્રશ્નનો કંઇપણ પ્રત્યુત્તર ન આપતાં તેણીએ તો પોતાનો પંથ પસાર કરવામાંજ મન દીધું હતું.

જો કે એ વૃદ્ધા સારી રીતે ચાલી જતી હતી; તોપણ તાઢને લીધે ધ્રુજતી હતી,

તથા ઘડાના ભારથી લચકતી ચાલતી હતી, એથી કહી શકીશું કે તે આનંદયુક્ત નહીં, પણ કષ્ટયુક્ત ચાલી જતી હતી. થરથર ધ્રુજવું અને પંથપસાર કરતાં બોજો ઉચકવો શું એ કષ્ટનાં ચિન્હ નથી ?

ચોથ મહીનામાં મોટે પરોઢિયે આ મુજબ તે વૃદ્ધા પા માઇલ ચાલી આવી, ધીરે ધીરે આકાશ સ્વચ્છ થતું ચાલ્યું, ચકલિયો ચક ચક શબ્દ બોલવા લાગી, રસ્તાની અંદર એક બે મનુષ્યો નજરે પડવા લાગ્યાં અને મ્હોં દેખાય તેવો પ્રકાશ થયો. એથી જરા વિશેષ ઘુંઘટ ખેંચ્યો. જોત જોતામાં તે વૃદ્ધા એક મોટા ઝરૂખાની નજીક જઇ પહોચી. તે હવેલી રાજ્યભુવન સરખી છે, તે હવેલીની સ્હામે પુષ્પવાટિકા, સરોવર, દેવાલય, અતિથિશાળા, નોબતખાનું અને અતિ વિશાળ આંગણું હતું. મલ્લોને કુસ્તી કરવાનો અખાડો, નાચ ગાયન કરવાનું સ્થાન, એકી વખતે બે હજાર મનુષ્યો પંક્તિ બદ્ધ ભોજન જમે તેવી જગો, બ્રાહ્મણ–પંડિતોને બેસી ચર્ચાવાદ વિચાર કરવાનું સ્થળ, પૂજા પાઠ અને ખાનગી મસલત ચલાવવાની જગો વગેરે વગેરે તમામ માટે અલગ અલગ વિભાગ છે, એટલુંજ નહિ; પણ તે વિભાગોની પછી સુંદર અને મોટા મહેલ ઘણી ખડકીઓ સહિત છે.

વૃદ્ધા તે મહેલની અંદરજ પ્રવેશ કરવા ચાહતી હતી, એ ઉપરથી સમજાયું કે એ બુદ્ધી એ મહેલમાંની કોઇ દાસી હશે, અને અનુમાન થાય છે કે એ મહેલમાં નિવાસ કરનારી રાજકન્યા મોટે પરોઢિયે ગંગાજળથી સ્નાન કરતી હોવી જોઇયે એ માટે આ દાસી પવિત્રતા પૂર્વક પાણી લાવે છે.

વૃદ્ધા મકાનની અંદર ગઇ. પુષ્પવાટિકામાં માળી નજરે પડયો નહીં. માળી ભારે તાઢને લીધે વ્હેલો નહીં આવેલો હશે!

સદર મહેલને બીજે દરવાજે–સિંહદ્વારમાં વૃદ્ધાએ પ્રવેશ કર્યો. ત્યાં એક નવીન દુર્વાદલશ્યામ, દીર્ઘશરીરી, વિશાળવક્ષસ્થળવંત, ભીમાકૃતિ અને લોહિતાક્ષવંત એક પુરૂષ ઉભો છે. તેની ઉમર ચાલીસ વર્ષથી વધારે હતી, તેનું શરીર સુશોભિત–મજબુત–કેસરીસિંહ સદૃશ કટિ, તેજ અને ફુર્તિની મૂર્તિ રૂપ હોવાથી: ખ્યાલ થતો હતો કે જવાનીના સમયમાં તે પુરૂષ કેવો બળશાળી હશે ! તે જવામર્દ એ મહેલનો દરવાન હોય એમ કલ્પનાને ટેકો મળતો હતો,

વૃદ્ધાને નજીક આવેલી જોતાં તે પુરૂષે તુરત ઝુકીને પ્રણામ કર્યો, રસ્તો છોડી તે બાજુપર જઇ ઉભો, ને એક શબ્દ પણ બોલ્યો નહીં; ફકત મોટા ઘડાની તરફ નજર જોડી તાકી જ રહ્યો.

પણ આ શું ? દરવાને દાસીને શા માટે પ્રણામ કર્યો ? વિશેષ આશ્ચર્યની વાત તો એ છે કે સદર ખંડમાં જીવ માત્રનો સમાગમજ નથી. ઘુંઘટ દૂર કરી વૃદ્ધાઓ મસ્તક નીચું રાખી સદર ખંડમાં ચાલી જાયં છે. અંદર જવાના માર્ગમાં વૃદ્ધાએ જોયું તો પાંચ વર્ષની એક બાળિકા સ્હામેથી દોડી આવતી હતી. એ બાળિકાએ હસીને અને ગુસ્સો લાવીને વૃદ્ધાને મુકકી મારવા હાથ ઉગામ્યો.

વૃદ્ધા બોલી—મને અડીશ નહીં, હજુ મારી માનસિક પૂજાદિ સમાપ્ત થયેલ નથી.

બાળિકા બોલી—મા ! તું એ ઝટ કહી દે કે આટલી બધી વાર તેં કેમ લગાડી ?

વૃદ્ધાએ કહ્યું—બેટા! શું ગંગાજી અહીં પડેલ છે? બહુ છેટે છે.

બાળિકાએ કહ્યું—માજી! તમને આવતાં વાર લાગી એથી વહૂ કેટલું બધું રોઈ, બોલ હવે તો વાર નહીં કરે ને? નહીં તો હમણાં ઠોસો લગાવું છું.

વૃદ્ધા બોલી—ના બેટા! હવે વાર નહી થાય.

આ પ્રમાણે વાતચિત કરતી કરતી વૃદ્ધા આગળ ચાલી જાય છે, એટલામાં તો એક અર્ધ અવગુંઠનવંત સ્ત્રી શુદ્ધ વસ્ત્ર પહેરીને આવી અને તેણે વૃદ્ધાની પાસેથી ઘડો લઇ લઈ તેની પાછળ પાછળ ચાલવા લાગી. જે ઓરડાની અંદર પૂજાસામગ્રીની તૈયારી થઇ રહી હતી તેમાં તે ઘડો તેણીએ મૂકયો. વહૂએ ધૂપદાનીમાં દેવતા લાવી ગુગળ નાખી ધૂપ કર્યો, એક પંદર વર્ષના છોકરાએ આવીને તે વૃદ્ધાની સમીપ બિલ્વપત્ર વગેરે પૂજન સાધનો રાખી દીધાં, અને વૃદ્ધા દેવીની અગાડી પૂજા કરવાને માટે બેસી ગઇ.

દ્વિતીય પરિચ્છેદ.

વૃદ્ધા તે મહેલની માલિક છે વહૂ-વૃદ્ધાના મોટા પુત્રની સહધર્મિણી છે, બાળિકા વહૂની દીકરી છે, બાળક વૃદ્ધાનો ન્હાનો દીકરો છે, વહૂ સધવા-સુવાસણ છે; પણ સ્વામી મુકામ પર નથી. એક વર્ષથી પણ વધારે વખત થયાં તે કોણ જાણે ક્યાંય જતા રહેલ છે કે જેની કોઇને ખબરજ પડી નથી. બાળિકા અભ્યાસના દોષને લીધે દાદીમાને મા કહીનેજ બોલાવતી હતી, અને પોતાની જનેતાને વહૂ કહી સંબોધતી હતી.

વૃદ્ધાનું નામ **કાત્યાયિની** છે, પૌત્રીનું નામ **લક્ષ્મી** છે, વહૂનું નામ **યશોદાદેવી** છે, નિરદિષ્ટ જ્યેષ્ટ પુત્રનું નામ **ભવાનીપ્રસાદ** અને ન્હાના પુત્રનું નામ **રામપ્રસાદ** છે. તેમજ તે ભીમાકૃતિવત પુરૂષ કે જેણે સિંહદ્વારની નજીક વૃદ્ધાને પ્રણામ કર્યો હતો તે મકાનનો દરવાન-પહેરેગિર છે. જાતનો ગોવાળ અને નામ રઘુદયાળ છે. એની મા એને ‘ નિખટ્ટૂ ’ કહીનેજ બોલાવતી હતી.

વૃદ્ધાના મકાને-પુષ્પવાટિકાએ સરોવર વગેરેએ મળી ઘણું કરી લગભગ અરધું ગામ રોકેલું હતું. મકાનની ચોમેર કોટ ચણી લીધેલો હતો. એવા જંગી મકાનમાં ફક્ત ત્રણ બૈરીઓ અને બે પુરૂષ સિવાય એટલે પાંચ જણ વગર બીજું કોઇ રહેતું નહતું. ફક્ત રઘુદયાળના યત્ન અને ગુણને લીધે તે મકાન હજીસુધી તદન શ્રીહીન થયું ન હતું, જોકે હમેશાં કંઇ ને કંઈ રેત ચૂનો વગેરે મકાનની ભીંતો વગેરેમાંથી ખરી ઉખડી પડતાં હતાં; તોપણ રઘુદયાળ તેને ઉઠાવીને ફેંકી દેતો હતો. છતો વગેરેમાં તે ચામાચીડીયાં વગેરેને માળ ઘાલવા ન દેતાં તેમને ઝટપટ મારી હાંકી કહાડતો હતો; છતાં પણ નિરૂપાયે કબૂતરોને માળા માંડવા દેતો હતો; કેમકે ઘરધણીઆણીનો હુકમ હતો કે તે બિચારાં કણભક્ષી કબૂતરોની સાથ જરાપણ છેડછાડ કરવી નહીં. આમ હોવાથી તેઓને માટે એક બાજુએ માળા માંડવાનો બંદોબસ્ત કરી દીધો હતો. તેમજ તેઓને રોજ થોડા દાણા પણ નાખતો હતો. જો તે કબુતરો સદરખંડ-દીવાનખાનામાં કે અંદરના વિશાળ હૉલમાં ઘુસવા જતાં તો તે તુરત પાછળ પડી ઉડાડી દેતો હતો. તેમજ મોટા બગીચાની અંદર અનેક પ્રકારનાં

પુષ્પવૃક્ષો હતાં; પરંતુ અત્યારે તો સેાગંદ ખાવા સરખું એક પણ ફુલઝાડ ન હતું. તે બગીચાને શેાભિતો બનાવવા માટે બત્રીશ માળી હતા, પણ હાલ તો ફક્ત રઘુદયાળ જ છે. તો પછી બગીચાની સાર સંભાળ શી રીતે થઈ શકે? જ્યારે કદિ કોઇ પુષ્પવૃક્ષ સુકાઈ જતું ત્યારે રઘુદયાળ તેને કાપી નાખીને ફેંકી દેતો અને તે સુકાયલાં લાકડાં કોઇ કોઈ વાર ગૃહસ્વામિનીને બળતણના ખપમાં આવતાં હતાં.

આવી રીતે એક વર્ષની અંદર તમામ વૃક્ષોનો અંત આવી ગયો. ફક્ત દેવીપૂજનને માટે કંઈક ફુલઝાડો બચાવી લીધાં હતાં, તેને તે રઘુદયાળ જાતે પાણી પાતો હતો. બાકી પુષ્પવૃક્ષ અને કોઇ તરેહનાં વૃક્ષો તે બગીચામાં ન હતાં. અને જો વૃક્ષ હતું એમ કહિયે તો માત્ર એક આંબાનું વૃક્ષ હતું. તે વૃક્ષ ગૃહસ્વામિનીએ પોતાના હાથથીજ વાવી ઉછેરેલું હતું. લોકો કહે છે કે તે આંબાની કેરી જેવી મીઠી ને લીજતદાર કેરી તે દેશની અંદર બીજે ક્યાંય હતીજ નહીં! તે કેરીઓને જાળવવા તે ઝાડ ઉપર રેશમની ગુંથેલી જાળ નાખવામાં આવતી હતી. તે પછી જાળમારફત વેડી સંભાળ સાથે પકવી પછી દેવતાઓને ધરાવી અને બ્રાહ્મણોને વ્હેંચી દેવામાં આવતી હતી. અને તે પછી ઘરધણીઆણી કાત્યાયનીને કહેવામાં આવતું કે-"હવે બધાઓને કેરીઓ પહોંચી ચુકી છે માટે આપ પણ આમાંની એક કેરી આરોગો તો પછી અમેપણ ચાખવા પામીએ." કાત્યાયની હસીને બોલતી કે-"કેરી ખાટી છે, વગર પ્રસાદ ધરાવ્યે એમાં મીઠાશ આવતીજ નથી; તો પછી એવી ખાટી કેરીઓમાં હું શું ખાઉં?" જ્યારે તે કેરીઓ પાકવાની તૈયારી પર આવતી ત્યારે આખા ઝાડ ઉપર રેશમી જાળ નંખાતી હતી એટલુંજ નહિ, પણ બે પહેરેગિરો ખાસ પહેરો ભર્યાજ કરતા હતા, ને માલિક સ્વર્ગ ગયા પહેલાં એક વાર તે ઝાડની પાસે આવી જતો અને રઘુદયાળને ભલામણ કરતો કે-"દેખજે, પહેરેગિરો વખતે સુઈ ન જાય!" અહા! એ પ્રમાણે જે કેરીઓ માટે સાર સંભાળ રાખવામાં આવતી હતી તેજ કેરીઓના સંરક્ષણ માટે તે જાળ અને તે પહેરેગિરો અત્યારે કોઈ નથી! અત્યારે ફકત રઘુદયાળ છે તે જાતે તીરલઇને વાંદરાં અને ચકલીઓ વગેરે જાનવરોને દિવસે ઉડાડી દેતો અને રાત્રિયે બે ત્રણ વખત વાગોળોને ઉડાડતો હતો.

હાલ પણ કેરીઓ તેવીજ રીતે પાકતી હતી, હજુ સુધી પણ ગૃહસ્વામિની ગામનાં બધાં દેવમંદિરો અને પવિત્ર કર્મકાંડી બ્રાહ્મણોને ત્યાં તેજ પ્રમાણે કેરીઓ પહોંચાડ્યા કરતી હતી. બધું અગાઉની માફકજ થાય છે; પરંતુ તફાવત એટલોજ પડ્યો છે કે હવે તે બાઇ જાતે તે કેરીનો આસ્વાદ અનુભવતી નથી. કદી હવે પુત્રવધૂ યશોદા એમને (બાઇને) કેરી ચાખવાનું કહેતી હતી, તો હસતાં હસતાં એજ જવાબ મળતો કે 'હું ખાટી કેરી ખાતી નથી!' જો કે આ વાક્યમાં ઓરજ ધ્વનિ સમાયલો હતો; તથાપિ તે તે ધ્વનિ પુત્રવધૂના સમજવામાં આવ્યો ન હતો; છતાં પણ સાસુની વાતને કાપી નાખવી એ ગેરવાજબી સમજીને તે મૈાન ધારણ કરતી હતી. તેમ રઘુદયાળ પણ તે કેરીઓને ખાતો ન હતો. જ્યારે ગૃહસ્વામિની તેને બહુ આગ્રહ કરતી ત્યારે તે હાથ જોડી ના કહેતો હતો. છતાં બહુ હઠ કરવામાં આવતી તો તે કેરીઓ લઇ પોતાને માથે ચડાવતો અને કહેતો કે-"મા! જે આંબાની કેરીઓપર માલિક બહુજ પ્યાર રાખતા હતા તો તે માલિકની ગેરહાજરીમાં હું એ કેરીઓ શી રીતે ખાઈ શકું?!" આટલું બોલતાં

બોલતાં તો રઘુદયાળની આંખ્યોમાંથી એોધારાં ઉષ્ણુ આંસુડાંનો પ્રવાહ ચાલી નીકળતો હતો. અને ત્યાં તે શેઠાણી પછી ઉભી રહી શકતી નહી, પણ રવાનાજ થઇ જતી હતી!

જે સરોવર હતું તે પણ રઘુદયાળની કાળજી ભરી ક્રિયાથી સ્વચ્છ રહેતું હતું, પહેલાં તે સરોવર માછલીઓથી ભરપૂર હતું; પરતું હવે તેમ નથી; કારણ, હવે તે માછલીઓ બીજેથી લાવી તેમાં નાખનારા માણસો નથી, તો પછી માછલીઓ ક્યાંથી વધવા પામે!! પ્રથમ પ્રભાતથી માંડી અડધી રાત લગી આદમીઓનાં ટોળેટોળાં આવતાં; પરંતુ હાલમાં કોઇ જોવામાં આવતું નથી. માત્ર પવનના સુસવાટાનુંજ મહારાજ્ય થઇ રહ્યું માલમ પડે છે કે જાણે તે રસ્તા ઉપર મનુષ્યોની હરફરજ નથી; અને કદી છે એમ માનીએ તો તે મકાનની તરફ અત્યારે કોઇ માથુંઉંચું કરી નજર પણ કરતું નથી! કદાચિત્ કોઇ જુએ છે તો પણ તે કોઇ લક્ષ દેતું નથી!! અને વખતે તે મહેલની ઊપર થઇને ચકલીઓ પણ જતી ન હતી!!! પહેલાં બધુંએ હતું, પણ અત્યારે તમામ રસ્તે પડી ગયું છે. અથવા તો બધુએ કાયમ છે એમ માની લઇએ તો પણ ભાગ્યશાળી ભોકતા નથી! ભોક્તા હતા ત્યારે મિત્રો હતા, સજ્જન હતા, ગુરૂ હતા, પુરોહિત હતા, શાળાંહતા, બનેવી હતા અને બીજાઓ પણ પાર વગરના હતા, જો કે એ બધાએ કાયમ છે; તો પણ તે મકાનમાં તેઓનું આગમન નથી. હાલમાં તો જો રઘુદયાળ ચાલ્યો જાય તો સોળે કળાઓ અસ્તદશાને ભેટી પડે. અહા! લક્ષ્મીસામાન્યની લીલા પણ કેવી છે!!!

(અપૂર્ણ)

સાર્થ વૈદ્યવિનોદ.

ટીકાકાર પી. પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.

(અનુસધાન અંક ૩ ના પૃષ્ઠ ૧૩૬ થી.)

આગંતુક જ્વરનાં લક્ષણ.

વિષાતિકામક્ષતશોકભૂતભયાભિશાપાદિભિરૌષધીનાં,
ગંધૈર્જ્વરાયેપ્રભવંનરાણામાગંતુકાસ્તેમુનિભિઃપ્રદિષ્ટાઃ ૪૧

ઘણી મહેનત કરવાથી, તરવાર–છરી–મુક્કી લાકડા વગેરેના પ્રહાર–મારવાથી તથા વિષખાવાથી, શસ્ત્ર લાગવાથી, ચિંતા કરવાથી, ભૂત વગેરેના ડરથી, બ્રાહ્મણ–ગુરૂ–વડીલ–સિદ્ધ વગેરેના શાપથી અને ઔષધની નાપસંદ વાસના (કંટાળા)થી–વગેરે વગેરે કારણોના લીધે જે મનુષ્યને તાવ આવે છે તે તાવને મુનિજનો આગંતક–આવી લાગેલો–પરતંત્ર તાવ કહે છે.

વિષમજ્વરનાં તથા કામજ્વરનાં લક્ષણ.

શ્યાવાસ્યતાવાન્તિમદાતિમોહાસ્તૃષ્ણાતિસારોવિષમજ્વરેસ્યુઃ.
આલસ્યચિત્તભ્રમમોહતંદ્રારૂચિક્લમાઃ કામભવે ભવન્તિ. ૪૨

મોઢું શ્યામાસ પડતું, ધુમાડીઆ રંગનું થાય, ઉલટીઓ થાય, મદ, ફેર, શોષ,

અતિસાર જણાય એ વિષમજ્વરનાં લક્ષણ છે, તેમજ આળસ, ચિત્તભ્રમ, ફેર, ચમક, અરૂચિ, શ્રમ વગેરે લક્ષણ કામની વિહ્વલતાને લીધે આવનારા તાવનાં છે. ૪૨

ભૂતજ્વરનાં લક્ષણ.

ઉદ્વિગ્નતા રોદનકમ્પનાનિ ભૂતોદ્ભવે શોક ભયાચ્ચવાયુઃ
ક્રોધાચ્ચપિત્તંહિમલાસ્ત્રયોપિયથાસ્વમેતાન્પરિભાવયેન્ના. ૪૩

ઉદ્વેગ, હાસ્ય, રૂદન, કંપ વગેરે લક્ષણો ભૂતથી ડરવા સંબંધી આવેલા તાવમાં હોય છે કામ, શોક, ભય એઓનાથી વાયુ કોપ પામે છે, ક્રોધથી પિત્ત અને ભૂત વગેરેથી ત્રણે દોષ કોપ પામે છે, અને બીજાં પણ લક્ષણો વખતે દર્શન દેછે. ઉન્માદ નિદાનમાં જે જે દેવગ્રહનાં લક્ષણ (હસવું–રોવું–ધ્રુજવું) કહેલાં છે તે તે થાય છે. તો તે જે દોષ હોય તે દોષ વૈદ્યે ધ્યાનમાં લેવો. ૪૩

તાવવાળાને હિતકારી શું છે?

અહિમંસલિલંસુલંઘનંનિલયોવાતનિવર્તનોચિતઃ,
વસનંગુરૂસૂક્ષ્મપેશલંજ્વરિતાનાંપ્રથમંપ્રશસ્યતે. ૪૪

ઉનું પાણી અને લાંઘણ (વા હલકું ભોજન) તેમજ વિશેષ પવનની ઝપટ ન લાગતી હોય તેવું મકાન વગેરે તાવવાળાને ફાયદા કારક છે. ૪૪

તાવ જવા માટેના ઉપાય.

શુંઠીસકુસ્તુમ્બરૂદેવદારૂવ્યાઘ્રીદ્વયાનાંવિહિતઃ કષાયઃ,
પૂર્વંપ્રદેયોજ્વરિતાયનૂનંજ્વરાપહેદીપનપાચનશ્ચ. ૪૫

શુંઠ, કડવીતુંબડી, દેવદાર અને બેઉ જાતની રીંગણી, એઓનો કાઢો તાવવાળાને પહેલાં આપવો જેથી અવસ્ય તાવને રોકી દેછે, કેમકે દીપન પાચન ગુણ વાળો છે. ૪૫

વાયુકોપના તાવનાં લક્ષણ.

જૃમ્ભાંગમર્દો વિરસાસ્યતા રૂક્હૃન્મૂર્દ્ધમાત્રેષુસકૃદ્વિબન્ધઃ,
કણ્ઠૌષ્ઠશોષો વિષમોહિવેગો રૌક્ષ્યંપ્રકંપોનિલજે જ્વરેસ્યાત્ ૪૬

બગાસાં, અંગતોડ, મ્હોંપર ફીકાસ, મ્હોંમાં બેસ્વાદ, છાતી ને માથામાં પીડા, બંધકોષ, ગળા તથા હોઠનું સકાવું, શરીરમાં તાવનું વધારે ઓછું આવવું, શરીરનું લુખાપણું થવું અને ધ્રુજારી છુટવી એ બધાં લક્ષણ વાયુકોપથી આવેલા તાવનાં છે. ૪૬

વાયુના તાવનો ઉપાય.

ભૂનિમ્બમુસ્તાજલકંટકારી દ્વયામૃતાગોક્ષુર નાગરાણાં,
સશાલિપર્ણીદ્વયપૌષ્કરાણાંક્વાથંપિબેદ્વાતભવજ્વરાર્ત્તઃ ૪૭

દુરાલભાનાગરતિક્તપાઠાશઠીવૃષૈરંડજઃ કષાયઃ,
પીતઃ સશૂલંશમયેજ્જ્વરંહિસશ્વાસકાસંપવનપ્રભૂતમ. ૪૮

કિરિયાતું, મોથ, વાળો, બન્ને રીંગણી, ગળો, ગોખરૂ, શુંઠ, સાલપરપોટી, પીલુડી, અને પોકરમૂળ (એરંડમૂળ) એઓનો કવાથ વાતજ્વરવાળાને આપવો યોગ્ય છે. તથા-

ધમાસો, શુંઠ, કડુ, કાળીપાટ, કચૂરો, અરડૂસો અને એરંડાની જડ એઓનો કાઢો કરી પીવાથી શળ, શ્વાસ, અને ઉધરસ યુક્ત વાયુકોપનો તાવ શાંત થાય છે. ૪૮

પિત્તકોપના તાવનાંલક્ષણ.

નેત્રેવિદાહોમુખતિક્તતાતૃડ્ભ્રમઃપ્રલાપોભૃશમુષ્ણમંગં,
વેગોતિતીક્ષ્ણઃશરણંવમિશ્ચપીતાચભાપિત્તભવેજ્વરે સ્યાત્. ૪૯

આંખ્યોમાં બળતરા, મ્હોંમાં કડવાસ, ભ્રમ, બકવાદ. અંગમાં વિશેષ ગરમી–ઉષ્ણતા, તાવનું જોરથી આવવું, પાતળા દસ્ત લાગવા. પીળારંગની ઉલટી અને અંગમાં પીળાસ આવવી વગેરે પિત્તના કોપથી આવનારા તાવનાં લક્ષણ છે. ૪૯

પિત્તજ્વરના ઉપાય.

દુસ્પર્શવાસાકટુકાહરેણુપ્રિયંગુ ભૂનિંબકૃતઃકષાયઃ,
પીતોહિપિત્તપ્રભવંસદાહંજ્વરંજયેદ્બ્છસિતાસમેતઃ. ૫૦

છર્દિંદાહાર્દિતં ક્ષીણં નિરન્નં તૃષ્ણયાન્વિતમ્,
શર્કરામધુ સંયુક્તં પયયેલ્લાજતર્પણમ્. ૫૧

દ્રાક્ષા તિક્તા રાજવૃક્ષાબ્દપથ્યા રેણુકવાથો હન્તિ પિત્તજ્વરંચ,
તન્દ્રાતૃષ્ણાદાહમુર્ચ્છાપ્રલાપૈઃ શોષૈર્યુક્તઃ સભ્રમંસપ્રમોહમ્. ૫૨

મુદિતાઃ પ્રમદામદાલસામતિમત્યૌનવયૌવનોદ્ધતાઃ,
કુસુમાભરણા મનોહરાઃ પ્રિય વેષાદ્દવથુંવ્યથાહરાઃ ૫૩

ભૃંગાલીશુકસારિકાકલરવો વાચઃ શિશૂનાં શુભાઃ,
કાંતંકાનનમાશ્રુતંતરુવરૈ રાકીર્ણ પુષ્પોત્કરૈઃ.

હારાઃ પદ્મમૃણાલસૂત્રરચિતાઃ કાંતાશ્ચકાન્તાનનાઃ,
કર્પૂરપ્રકરાવદાત્તવપુષો દાહંનિરાકુર્વતે. ૫૪

શતધૌતઘૃતસ્ય લેપતો દવથુર્નાશમુપૈતિતત્ક્ષણમ્,
અથવાપિચુમંદપત્રજસ્વરસપ્રોત્થિતફેનલેપતઃ ૫૫

ધમાસો, અરડૂસો, કડુ પિત્તપાપડો, કાંગ, અને કરિયાતું એઓનો કાઢો સાકર સહિત પીવાથી બળતરા યુક્ત પિત્તજ્વરને જિતી લેછે. અથવા—જે ઉલટી, બળતરાની પીડાથી ક્ષીણ થયેલો અને પાણીનો શોષ વિશેષ પડતો હોય તો તેને સાકર મધ સહિત ચોખાનું ધોવણ પાવું જેથી પિત્તજ્વર મટે છે. અથવા—દાક્ષ, કડુ, ગરમાળનો ગલેટ, મોથ, હરડેપને પિત્ત પાવડો એઓનો, કવાથ, જળકલું, તરશ, બળતરા, મૂર્ચ્છા, બકવા, મુખ શોષ ફેર અને પ્રમેહ એઓને આ કાઢો આપવાથી આરામ મળે છે. અથવા—

આનંદવતી, અતિ મદથી આળશ મરડતી, ચતુર નવયૌવના, જેના ગળામાં સુંદર સુગંધિત પુષ્પના હાર તેમજ સર્વાંગે સુંદર આભુષણ પેહેરેલાં હોવાથી મનને હરણ કરે એવી અને જેનો પોષાક જ વ્હાલો લાગે એવી પ્રેમદા–સ્ત્રીઓના સમાગમથી પિત્તથી ઉત્પન્ન થયેલા વાતની પીડા મટે છે અર્થાત્ એ પિત્તજ્વરને મટાડનાર ઉપાય છે. અથવા—

ભમરાઓનો ગુંજારવ, પોપટ–મૈના–કોયલ વિગેરેના મનહર બોલો, નાના બાળકોનાં કાલા કાલા મીઠા બોલો. સારો ઘટાવદાર–ગીચ વૃક્ષો સહિત સુંદર બગીચામાં વિહાર કરવો,

ગળામાં કમળ વગેરે સુંદર સુગંધિ ફુલોની માળાઓ-હાર પેહેરવા અને સારા પવિત્ર મુખ કાંતિવાળી તથા કપૂર, મલયાગિરી અરગજા વગેરે ઉત્તમ સુગંધિ પદાર્થોથી અર્ચિત મૃદુ શરીરવાળી પ્રેમાલ પ્રમદાની સાથે સમાગમ કરવો એ પિત્તથી પ્રકટ થયેલા દાહ-બળતરાને દૂર કરી શકે છે. **અથવા—**

સોવાર પાણીવડે ધોએલા ઘીનો માલેસ કરવાથી તુરત પિત્તથી પ્રકટ થએલી બળતરા મટે છે. અથવા લીંબડાની કુંપળો-કુણાં પાંદડાંનો રસ કાહાડી હાથથી મથવા વડે તે રસ ઉપર આવેલા ફીણનો શરીરે લેપ કરવાથી પિત્તથી પ્રકટ થએલી બળતરાનો નાશ પામે છે. ૫૫

કફથી ઉત્પન્ન થયેલા તાવનાં લક્ષણ.

અન્ના રૂચિર્ગૌરવમંગસાદો રોમોદ્ગમોમૂત્ર નખાદિ શૌકલ્યમ્,
નિદ્રાતિશૈત્યં મધુરત્વમાસ્યે શ્લેષ્મજ્વરે સ્યાત્સ્તિમિતોહિવેગઃ ૫૬

જેને કફ કોપના કારણથી તાવ આવ્યો હોય તેને અન્ન ઉપર અભાવ, શરીર ભારે, શરીર ઉપર પરસેવો, થાક, રૂવાડાનું ઉભું થવું, મૂત્ર તથા નખમાં ધોળાપણું, ઊંઘનો વધારો, ટાઢવાવી, મોહોડામાં મીઠો સ્વાદ અને તાવનો વેગ મંદ વગેરે લક્ષણો થાય છે. ૫૬

કફજ્વરના ઉપાય.

પિચુમંદમહૌષધામૃતા બૃહતીપૌષ્કરતિક્તકંશઠી,
વૃષકટ્ફલકણાવરી ક્વથિતંવારિકફજ્વરંજયેત્. ૫૭

લીંબડાની અંતર છાલ, શુંઠ, લીંબડા ઉપરની ગળો, રંગણી, પુષ્કરમૂળ, કડુ, કચૂરો અરડૂસાની અંતર છાલ, કાયફળ, લીંડી પીપર અને શતાવરી, એ સઘળાં ઓષડો સરખે ભાગે લઇને તેઓનો ક્વાથ કરવાના વિધિ પ્રમાણે ક્વાથ કરી પીવામાં આવે તો કફના કોપવાથી પેદા થએલો તાવ નાશ પામે છે. ૫૭

કટ્ફલં પિપ્પલી શૃંગી પૌષ્કરં મધુનાસહ,
શ્વાસકાસજ્વરહરઃ શ્રેષ્ઠો લેહઃ કફાંતકૃત્. ૫૮

અથવા—કાયફળ લીંડીપીપર, કાકડાશીંગી અને પુષ્કરમૂળ (ન મળે તો એરંડાનું મૂળ), એ સઘળાંનું ચૂર્ણ કરી મધમાં કાલવી ચાટવામાં આવે તો તેથી શ્વાસ, ઉધરસ સહિત કફનો તાવ નાશ થાય છે; કારણ કે આ ઓષધ કફનો નાશ કરવાવાળું છે. ૫૮

સિંદુવાર દલક્વાથ કણાઢ્યં કફજેજ્વરે,
જંઘયોશ્ચબલેક્ષીણે કર્ણેવાપિહિતે ભવેત્. ૫૯

અથવા—ધોળી નગોડનાં પાંદડાંનો કાઢો લીંડી પીપર સહિત પિવામાં આવે તો કફથી પેદા થએલો તાવ તથા જાંઘોનું બળ ક્ષીણ થયું હોય અથવા કાનોમાં ધાક પડી હોય, તેવા દરદીને હિતકારી છે; અર્થાત્ તેવા રોગીને આ દવા ફાયદો કરે છે. ૫૯

(અપૂર્ણ.)

૧૭૯. અશુદ્ધપારદ ભક્ષણ દોષની શાન્તિ–દાદગા અને જલભાંગરાનો રસ અને સુરોખાર છાશમાં મેલવી તે છાશ ચાર તોલા પીવાથી પારાથી થએલો અંતરદાહ નાશ પામે છે, અને પારો મુત્રમાર્ગથી નીકળી જાય છે. ગાયના દુધ સાથે શુદ્ધ કરેલો ગંધક પીવાથી પારાના દોષની શાન્તિ થાયછે.

આપણા આર્યરસાયન શાસ્ત્રમાં અસાધ્ય અને ભયંકર વ્યાધિઓને મટાડવા માટે અનેક જાતની ભસ્મો અને માત્રાઓનું વર્ણન કરેલું છે. ભસ્મો શિવાય માત્રાઓ બનતી નથી. ભસ્મો પણ યથાશાસ્ત્ર શુદ્ધ કરેલી હોવી જોઇએ. વૈદકશાસ્ત્રમાં કાષ્ટાદિ દવાઓ કરતાં માત્રાદિ દવાઓને શ્રેષ્ઠ માનેલી છે. તેનું કારણ એ છે કે ચૂર્ણનો ગુણ બે માસ, ગુટીકા પાક અને અવલેહાદિનો ગુણ બાર માસ અને કાષ્ટાદિ વનસ્પતિ ખાંડયા કે ચૂર્ણ કર્યા વગરની રાખી હોય તેનો ગુણ પણ ચારમાસ ગયા પછી કમી થાય છે એટલે વનસ્પતિનો ગુણ પણ ચાર માસ રહે છે. માત્રાઓ અને ભસ્મો જેમ જેમ જુની થતી જાય છે તેમ તેમ તેનો ગુણ અધિક થતો જાય છે. એટલુંજ નહીં પણ કાષ્ટાદિ દવાઓનું સેવન કરવાથી તે દવાની અસર શરીરમાં જુજ મુદ્દત સુધી રહે છે અને માત્રાદિ દવાઓની અસર ઘણો લાંબો કાળ ટકી રહે છે. આપણું આર્યાવર્તનું વૈદકશાસ્ત્ર બીજા વૈદકશાસ્ત્રો સાથે હરીફાઇમાં પોતાની મહત્તા જાળવી રહ્યું છે. તેનું કારણ પણ માત્રાઓ અને ભસ્મોજ છે. દિલગીરીની વાત એટલીજ છે કે–સાંપ્રતકાળમાં આપણે અત્યંત આળસુ બની ગયા છીએ. અને તે કારણથી ભસ્મો અને માત્રાઓ તૈયાર કરવામાં જે અથાગ પરિશ્રમ રહેલો છે, તે પરિશ્રમ ન વેઠવો પડે માટે અશુદ્ધ ધાતુઓની ભસ્મો અને માત્રાઓ બનાવી ઉપયોગમાં લેઇએ છીએ. આવી ભસ્મો અને માત્રાઓ શત્રુની ગરજ સારે છે.અને શરીરમાં અનેક જાતના ઉપદ્રવ કરે છે. જેથી રસાયન નામ સાંભળતાં લોકો ધ્રુજે છે. અનેક જાતની માત્રાઓ છે પણ તેનું વર્ણન જુદા જુદા ગ્રંથોમાં કરેલું છે, અને તેટલા ગ્રંથો કોઇ પણ માણુસ ખરીદ કરી શકે નહી. જેથી એક સ્થળેથી મલી આવે તેવી યોજના કરવા માહારો વિચાર દીર્ઘકાળથી હતો. જ્યાં સુધી શુદ્ધ ભસ્મો બનાવવાની ક્રિયા જાણવામાં ન આવે ત્યાં સુધી માત્રાઓ બની શકેજ નહી; માટે ધન્વંતરી માસિકના પહેલા વર્ષની શરૂઆતથી ધાતુશોધનની અને મારણની ક્રિયાનું વર્ણન અમે કરેલું છે. અને માત્રામાં વપરાતી ધાતુ અને ઉપધાતુઓના શોધન મારણની ક્રિયાનું વર્ણન હવે પુરૂં થએલું છે. એટલે આર્યરસાયન શાસ્ત્રનો પૂર્વ ભાગ આ વર્ષમાં પુરો થયો છે ઇશ્વરેચ્છાથી હવે ઉત્તર ભાગમાં કક્કાવારી અનુક્રમથી માત્રાઓ બનાવવાની ક્રિયા અને તેના ગુણદોષનું વર્ણન કરવામાં આવશે.

ગળામાં કમળ વગેરે સુંદર સુગંધિ ફુલોની માળાઓ-હાર પેહેરવા અને સારા પવિત્ર મુખ કાંતિવાળી તથા કપૂર, મલયાગિરી અરગજા વગેરે ઉત્તમ સુગંધિ પદાર્થોથી અર્ચિત મૃદુ શરીરવાળી પ્રેમાલ પ્રમદાની સાથે સમાગમ કરવો એ પિત્તથી પ્રકટ થયેલા દાહ-બળતરાને દૂર કરી શકે છે. **અથવા—**

સોવાર પાણીવડે ધોએલા ઘીનો માલેસ કરવાથી તુરત પિત્તથી પ્રકટ થએલી બળતરા મટે છે. અથવા લીંબડાની કુંપળો-કુણાં પાદડાંનો રસ કાહાડી હાથથી મથવા વડે તે રસ ઉપર આવેલા ફીણનો શરીરે લેપ કરવાથી પિત્તથી પ્રકટ થએલી બળતરાનો નાશ પામે છે. ૫૫

કફથી ઉત્પન્ન થયેલા તાવનાં લક્ષણ.

અન્ના રૂચિર્ગૌરવમંગસાદો રોમોદ્ગમોમૂત્ર નખાદિ શૌક્લ્યમ્,
નિદ્રાતિશૈત્યં મધુરત્વમાસ્યે શ્લેષ્મજ્વરે સ્યાત્સ્તિમિતોહિવેગઃ ૫૬

જેને કફ કોપના કારણથી તાવ આવ્યો હોય તેને અન્ન ઉપર અભાવ, શરીર ભારે, શરીર ઉપર પરસેવો, થાક, રૂવાડાંનું ઉભું થવું, મૂત્ર તથા નખમાં ધોળાપણું, ઉંઘનો વધારો, ટાઢવાવી, મોહોડામાં મીઠો સ્વાદ અને તાવનો વેગ મંદ વગેરે લક્ષણો થાય છે. ૫૬

કફજ્વરના ઉપાય.

પિચુમંદમહૌષધામૃતા બૃહતીપૌષ્કરતિક્તકં શઠી,
વૃષકટ્ફલકકણાવરી ક્વથિતં વારિકફજ્વરંજયેત્. ૫૭

લીંબડાની અંતર છાલ, શુંઠ, લીંબડા ઉપરની ગળો, રંગણી, પુષ્કરમૂળ, કડુ, કચૂરો અરડૂસાની અંતર છાલ, કાયફળ, લીંડી પીપર અને શતાવરી, એ સઘળાં ઓપડો સરખે ભાગે લઇને તેઓનો ક્વાથ કરવાના વિધિ પ્રમાણે ક્વાથ કરી પીવામાં આવે તો કફના કોપવાથી પેદા થએલો તાવ નાશ પામે છે. ૫૭

કટ્ફલં પિપ્પલી શૃંગી પૌષ્કરં મધુનાસહ,
શ્વાસકાસજ્વરહરઃ શ્રેષ્ઠો લેહઃ કફાંતકૃત્. ૫૮

અથવા—કાયફળ લીંડીપીપર, કાકડાશીંગી અને પુષ્કરમૂળ (ન મળે તો એરંડાનું મૂળ), એ સઘળાંનું ચૂર્ણ કરી મધમાં કાલવી ચાટવામાં આવે તો તેથી શ્વાસ, ઉધરસ સહિત કફનો તાવ નાશ થાય છે; કારણ કે આ ઔષધ કફનો નાશ કરવાવાળું છે. ૫૮

સિંદુવાર દલક્વાથ કણાઢ્યં કફજેજ્વરે,
જંઘયોશ્ચબલેક્ષીણે કર્ણેવાપિહિતે ભવેત્. ૫૯

અથવા—ધોળી નગોડનાં પાંદડાંનો કાઢો લીંડી પીપર સહિત પિવામાં આવે તો કફથી પેદા થએલો તાવ તથા જાંઘોનું બળ ક્ષીણ થયું હોય અથવા કાનોમાં ધાક પડી હોય, તેવા દરદીને હિતકારી છે; અર્થાત્ તેવા રોગીને આ દવા ફાયદો કરે છે. ૫૯

(અપૂર્ણ.)

અમૂલ્ય ભેટો.

નીચેનાં પુસ્તકો કે વસ્તુઓમાંથી કોઇ એક પુસ્તક કે વસ્તુ મગાવનારને તેની કિંમત કે પોસ્ટેજ કંઇ પણ લીધાવગર તદન મફત મોકલવામાં આવે છે, પણ એક કરતાં વધારે પુસ્તક કે વસ્તુ મગાવનારે તે વધારાના દરેક પુસ્તક કે વસ્તુ બદલ અરધા અરધા આનાની ટીકીટ મોકલવી.

બ્રહ્મચર્ય—બ્રહ્મચર્યનો અલૌકિક પ્રભાવ દેખાડનારો દાખલા દલીલો સાથનો ઉત્તમ નિબંધ.

સ્ત્રીસમાગમ—દીર્ઘાયુ તથા આરોગ્યની જાળવણુ માટે સર્વોત્તમ શાસ્ત્રીય નિબંધ.

સ્વપ્નવિચાર—શુભાશુભ સ્વપ્નોનાં ફ્ળોના નિરૂપણની ચોપડી.

સતીદ્રૌપદી—શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્માનાં પત્ની સત્યભામા પ્રત્યે સતી દ્રૌપદીએ પાતિવ્રત્યવિષે જણાવેલા ઉત્તમ વિચારો.

ફેન્સીબુકમાર્ક્સ—પુસ્તકો વાંચતી વખતે તેમાં નિશાની રાખવાનું ઉત્તમ સાધન માત્ર અંગ્રેજી જાણનારાએજ આ બુકમાર્ક્સ મગાવવાં.

માલિની—ઘણી બાબતોનું જ્ઞાન આપનારી રસીલી વાર્તા.

કામશાસ્ત્ર—ઉછરતી વયના અજ્ઞાન બાળકોથી થતી ભૂલોપર લક્ષ ખેંચનારો અપૂર્વ વિષય.

સંગીત કામશાસ્ત્ર—મનપસંદ ઢબની અસરકારક કવિતાઓમાં આખું કામશાસ્ત્ર.

બાજીગર—ભીમસેન તથા અર્જુનના ગર્વનો નાશ કરવાની શ્રીકૃષ્ણની અપૂર્વ યુક્તિ.

દૈવજ્ઞવિદ્યા—ભવિષ્ય પ્રશ્નના જવાબોનું પુસ્તક.

પુનર્લગ્ન અને પશ્ચાત્તાપ—એક અસરકારક નિબંધ.

આયુર્વેદ રહસ્ય—હિંદી અને અંગ્રેજી ભાષાનું વૈદ્યક ચોપાનીયું માત્ર નમુનોજ મફત.

ફેન્સી પોસ્ટ કાર્ડો—ઉંચી જાતનાં જાડાં, લીસાં, સુશોભિત કાર્ડો.

બાવીસ રસીલી વાર્તાઓ—લક્ષ્મી અને સરસ્વતી, જેવિ વૃત્તિ તેવું ફળ, કૃતઘ્નપણું, ઇશ્વરનો અનુગ્રહ, વાદીના ગેરલાભમાં અપાયેલો ફેંસલો; એ પ્રમાણે બાવીશ વાર્તાઓનો સંગ્રહ.

સિકંદર બાદશાહે કરેલી અમૃતની શોધ.—એરિસ્ટોટલ, ખ્વાજા ખીજર અને મહેતર અલીયાસના ચમત્કારિક ચોકસ ઇતિહાસ સહિત જાણવા જોગ રમુજી વાર્તા.

અલંકાર મણિમાળા—ઉપમા આદિ ૬૩ અલંકારોનાં દૃષ્ટાંત તથા સમજ સાથનું સંસ્કૃત પુસ્તક, માત્ર બી. એ. ક્લાસમાં અભ્યાસ કરતાં સંસ્કૃત ભાષાના અભ્યાસીઓનેજ ભેટ અપાય છે.

આયુર્વેદમાર્ગોપદેશિકા—જુદાં જુદાં ત્રેસઠ દરદોનું વર્ણન, કારણ તથા ઉપાયોવાળું સરસ પુસ્તક, આ પુસ્તક માત્ર અમારા ગ્રાહકોનેજ ટપાલ ખર્ચનો અરધો આનો લઇ મોકલવામાં આવે છે.

સુવાવડ—સ્ત્રીઓને પ્રસવ થવાના નાજુક અને ગંભીર મામલા વખતે ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂરની સૂચનાઓ.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણિશંકર ગોવિંદજી,
આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય.
જામનગર—કાઠીઆવાડ.

તજી દઇ દિલ અંદરથી, મહા દુર્ગુણની ટેવો, ૯
તમે જ્યારે અરે શીખશો, કુરીતિ પંથ દુર કરવા,
તમે જ્યારે સ્વકાર્યોને, પ્રવૃત્તિ ને સુશક્તિમાં,
સદા આનંદી ઉત્સાહી, નિરોગી રાખવા શીખશો, ૧૦

તમે શિખશો યથાશક્તિ, બતાવો કામ કાયાને,
શરીરને આપશો જ્યારે, હવા ખોરાક ને પાણી,
બને જેથી પ્રફુલ્લિત સૌ, શરીરના અંગ ઉપાંગ,
સદા જેથી હૃદયની સૌ, પ્રવૃત્તિ શક્તિ પોષાય. ૧૧

અતિ ઉમદા અને નિર્મળ, વિચારો માંહિ ઠરવાને,
શિખવશો ચિત્તને જ્યારે, શીખવશો આત્મને જ્યારે,
શિખો જ્યારે તજી દેવા, ભીતિ ને દ્વેષ શત્રુતા,
સુવૃત્તિ પ્રેમના અંકુર, સ્ફુરાવા શિખશો જ્યારે. ૧૨

શિખામણ મેં દીધી જે આ, તમે તે શિખશો જ્યારે,
તમે જ્યારે અનુભવશો, તમે જ્યારે અનુસરશો,
ખરે ત્યારે તમારાથી, પડીશ છુટો તજી તમને,
પછી તમને કદાપી એ, નહીં દુઃખની જરૂર પડશે. ૧૩

ખરેખર સત્ય આ બીના, તમોને જે જણાવું છું,
નહીં પીડા પમાડું છું, પરંતુ ચેતી ચેતાવું,
નહીં હું દુઃખ આપું છું, પરંતુ દુઃખ ટાળું છું,
સીધો રસ્તો બતાવાને, ભણાવાને હું આવું છું. ૧૪

જગતત્રાતા પ્રભુનો હું, સદાનો દૂત માનીતો,
મને અહીં મોકલ્યો તેણે, નીતિનો પંથ દર્શાવા,
મને અહીં મોકલ્યો સારૂં, શિખવવાને મનુષત્વ,
મને અહીં મોકલ્યો જ્ઞાને, હૃદય ભંડાર ભરવાને. ૧૫

તજાવી સુસ્ત નિદ્રાથી, કરી જાગૃત આત્માને,
પ્રવૃત્ત સુકાર્યમાં કરવા, મને અહીં મોકલ્યો પ્રભુએ,
મને ચાહો, ધરો શ્રદ્ધા, ધરો ધ્યાનેજ સંદેશો,
દઇશ તમને સદા શાન્તિ, મહાસુખ જંપ આનંદ. ૧૬

PAIN'S SOLILOQUY.

(By C. J. Buell, President, Minnesota Health League.)

I

I am Pain——most people hate me,
Think me cruel, call me heartless,
Study ways to bribe and fool me,
Try by every means to slay me.

Dope themselves with anaesthetics,
Still themselves with patent nostrums,
Call the doctor with his poisons,
Seek the Christian Science healer,

Beat the tom-tom of the savage,
Build the altar, burn the incense,
Seek to sate the wrath of devils,
Pray to saints, and Gods and angels;

Not to cure the ills within them,
Not to cleanse and purify them,
Just to calm the pain that hurts them,
Just to kill the guide that warns them.

II

Pain am I, but when you know me,
When you once have learned my secret;
How I come to help and bless you,
Warn you, giude you, teach and lead you,

When you know my loving nature,
How at first I gently twinge you,
Lightly twinge you as a warning,
Hoping thus by kind reminder,
You will hear my voice and listen—

Sure am I that when you know me,
You will gladly then embrace me,
Call me friend and give me welcome,
Call me friend and ask my message.

III

This the message I would give you,
This the reason for my visits,
This the warning I would give you,
This the secret I would teach you:

When you learn to live as Nature
In her great and boundless mercy,
In her tender, loving kindness
Meant that men should live and labor,

When you learn to shun the by-ways
Leading off to vicious habits,
When you learn to keep your body
Strong and clean and pure and active,

Give it work in right proportion,
Give it air, and food and water,
Fit to build its every member,
Fit to nourish every function,

When you teach your mind and spirit
Pure and noble thoughts to harbor,
Drive out fear, and hate, and malice,
Cherish love and kindly motive,

When you learn these things I've told you,
When you know them, when you do them,
Then I will depart and leave you,
Then no more will Pain be needed.

IV

This is then the truth I bring you,
That I hurt you but to warn you,

Not to harm you but to heal you,
That I come to guide and teach you.

I am God's most blessed angel,
Sent to point the way to virtue,
Sent to teach the noblest manhood,
Sent to fill the mind with wisdom,
Sent to rouse the soul to action.

V

Love me, trust me, heed my message;
I will bring you peace and bless you!



The PRESERVATION OF HEALTH.*

(Continued from page 337.)

(By K. S. Agnihotri, Ph. G., Sub-Assistant Surgeon)

CHAPTER II

Air and Ventilation.

Air is a term generally applied to the atmosphere with which our globe is surrounded and which is believed to extend to the height of about 45 miles. Air is not a *simple* body, but is a mechanical mixture of two gases, oxygen and nitrogen, with small quantities of water, and carbonic acid as follows:—

	By measure.	By weight.
Nitrogen	77·5	75·55
Oxygen	21	23·32
Water	1·42	1·03
Carbonic acid	08	10

These proportions are not, however, always the same, and sometimes minute quantities of ammonia, ozone and

* Written expressly for "Dhanwantari."

certain other substances are detected. That air, in common with all other bodies, is possessed of weight, is proved by weighing a flask before and after it has been exhausted of air. According to Biot 100 cubic inches weigh 31 grains. Heat causes air to expand; cold to contract. Thus if a bladder is half filled with air and held near a fire it will expand until the bladder is quite full, and on being taken away it will gradually contract to its former bulk. Air being elastic and compressible, it follows, that the higher we go the lighter it becomes. The air analysed at the foot of Chimborazo has the same composition as that analysed at its summit, though it differs materially in density. The nitrogen of the atmosphere is believed to serve the purpose chiefly of diluting the oxygen and moderating its action. It is to the oxygen contained in the atmosphere that its chemical actions are mainly due. It is this that supports combustion and sustains the respiration of animals. In the process of respiration the air is being constantly rendered impure by a portion of its oxygen being converted into carbonic acid. The average quantity of carbonic acid given out by the lungs constitutes about 4·48 per cent of the expired air, and the quantity exhaled by a healthy man in 24 hours is estimated at 8 or 9 ounces. It is remarkable, however, that the more impure the air, or the greater the quantity of carbonic acid it already contains, the less is the amount exhaled. Knowing then the importance of a free excretion of carbonic acid, we see the necessity of breathing a pure air and consequently the importance of ventilation, or of keeping up a constant supply of fresh air, particularly in rooms where a number of persons are breathing together. The carbonic acid which is given out in respiration is absorbed by plants which, by converting the carbon to their own nourishment set free the oxygen to serve again to support animal life

VITIATION OF AIR.

1. *By respiration of men and animals.*—An adult individual at rest breathes at the rate of about seventeen respirations a minute. At each respiration about 500 c. c. (30·5 cubic inches) of air pass in and out of his lungs. The air in the lungs loses 4 to 5 per cent of oxygen which is absorbed by the blood in the pulmonary capillaries and gains carbonic acid from the venous blood to the extent of about 4 per cent; the nitrogen remains unchanged.

The composition of respired air is variable but may be taken to be somewhat as follows: Oxygen 16·96 per cent, Nitrogen 79·00; carbonic acid 4·04. In addition the expired air is raised in temperature to nearly that of the blood, 98.4°F.; it is saturated with aqueous vapour, and contains a considerably larger proportion of putrefiable organic matters than the air which is inspired.

2 *By fires and light producers*—The products of combustion from fires for the most part escape up the chimney, and by this means into the open air but this is not as a rule, the case with the products formed by gas, oil–lamps, or candles used for the production of artificial light. One cubic foot of gas in combustion destroys eight cubic feet of oxygen, with the production of about two cubic feet of carbonic acid gas. An ordinary burner burns from three to four cubic feet of gas per hour and as it has been calculated that for every cubic foot of gas burnt at least 1800 cubic feet of air should be introduced, we are able to calculate the amount of air required per burner and per hour. When the combustion of gas is imperfect, 67 per cent of N, 16 percent H_2O, 7 per cent of CO_2 and 5 to 6 per cent of CO with varying amounts of H_2SO_4 and NH_3 are thrown into the atmosphere. An ordinary moderater lamp, burning 154 grains of oil per hour, takes from the air of a room 3·2 cubic feet of oxygen with the production of about half a cubic foot of CO_2 per hour. One pound of oil for its complete

combustion will require from 138 to 160 cubic feet of air; and as much air must be introduced for one pound of oil as for 10 feet of gas Dr Olding states that, for equal illuminating power, candles yield a large amount of impurity to the air than gas, and that two candles have the same effect on the air as one man. A candle of 6 to the lb. burns about 170 grains per hour. The combustion of 3 cubic feet of gas per hour render, 3600 cubic feet of air impure. A burner of this discription vitiates more air than three adult persons.

3. *From decomposition of organic matters*—Animal and Vegetable organic matters in cesspools and in badly constructed sewers and drains ferment and putrefy, disengaging gases, some of which are fœtid and highly complex bodies. Recent research tends to show that the organic vapours arising from decomposition of animal substances may contain traces of the animal alkaloidal substances—ptomains and lucomains—which are contained in the fœcal and urinary excretions of the animal body, and which exert a directly poisonous action on the system. The carbo-ammoniacal vapours have a strongly offensive odour, and are found in the air of cesspools and sewers where fermentative processes are in action. The suspended particles in cesspool or sewer air are dead organic debris and living organized germs (bacteria, moulds, and fungi & their spores.)

From the above results it might be inferred that sewer or drain air is only likely to be injurious when the contained sewage is undergoing putrifaction, and that, as a foul odour is the invariable accompaniment of putridity, offensiveness is a sufficient criterion of possible danger to health.

The effects on health produced by the inhalation of the products of decomposition of the animal and vegetable organic matters contained in drains, cesspools, and sewers are various.

Occasionally a severe form of tonsilities attacks the occupants of a badly drained house. To what particular constituents of sewer air we are to attribute these and allied

illnesses, it is difficult to determine. The attacks of tonsillities, diarrhœa, etc are not protective from future attacks; and although there is some evidence of the "sewer-air-throat" being contagious and directly transmissible from person to person, it is equally likely that examples of apparently direct contagion are really due to exposure to a common cause. Diarrhœa and dysentery are sometimes caused by breathing air contaminated with excretal emanations.

When excretal or other offensive emanations are given off into the open air, they are much less liable to cause disease or injury to health than when they find their way into confined spaces, such as narrow courts or the interior of houses. In the open air of the country they are rapidly diluted and oxidized, and rendered practically harmless. In this way we can account for the excellent health enjoyed by the workmen on sewage farms, and by those who live in the neighbuorhood; as well as by the men engaged at sewage works. Grossly poluted rivers, which give rise during hot weather to most offensive emanations, have not yet been proved to cause injury to health by such means alone. The same may be said of effluvia from manure manufactories, soap works, tallow works, and other offensive trades, and also of the effluvia from putrifying animal bodies, given off into the open air. The air of crowded graveyards and vaults cantain excess of CO_2 and organic vapours (carbo- and ammoniacal) if such polluted air rises from the soil and escapes into houses built on disused burial sites, it may cause serious sickness among the occupants; but when the vapours escape into the open air, even in the midst of towns, no marked injurious effects appear to arise. The air over marshes is impure from the large amount of decaying vegetation in the water and soil

4. Household dust.—Besides vitiation by products o respiration and combustion, one great cause of impurity of ai in houses is the presence of floating particles of dust. This dus is the debris arising from the wear and tear of articles in dome stic use mingled with the soot and ashes from fire-place lamps and gas-burners. As soon as the air is still, it tends t

settle upon walls floors and articles of furniture, to be again caught up and wafted into the air, when this is in brisk movement.

House-cleaning can only be efficient where the structural conditions of walls, floors and ceilings permit of easy access for the broom and duster into every part of the room, and where furniture and fittings are so arranged as to prevent dust being deposited in inaccessible places As generally arranged, nearly every part of a room is a dust-trap Cornices and projections on ceilings and above doors, rough or flock wall-papers, floors with crevices between the boards into which dust drops to gradually accumulate between the floor and the ceiling below, carpets accurately fitting every corner of the room, cumbersome articles of furniture as wardrobes, side boards, and book-cases, which collect dust above, and are too heavy to be moved to allow dust to be swept out below, heavy curtains with canopies, draperies etc—all these tend to the collection of dust.

(To be continued)

!!! वैद डाकटर हकीमोने एकदम पैसा कमावानी सोनेरी तक !!!

(લેખક—તંત્રી.)

ચાલુ જમાનામા અનેક સ્થળેથી લેાટરીની જાહેરાતેા બહાર પડે છે અને હજારેા માણસેા પૈસાદાર થવા માટે તેમા પૈસા ભરે છે પરતુ સર્વને તેનેા લાભ મળતેા નથી. ઘણા માણસેાના પૈસા જાય છે, તથા તેમાથી થેાડાઓને જ થેાડેા લાભ થાય છે, અને બાકીના પૈસા જે કાર્ય માટે લેાટરી કાઢી હેાય તેમા અને નેાકરેા વિગેરેના ખર્ચમા વપરાય છે લેાભનેા કઇ થેાભ હેાતેા નથી પૈસાદાર થવાની દરેક માણસને ઇચ્છા હેાય છે, અને તે તૃપ્ત કરવા માટે એક વાર પૈસા ગુમાવ્યા છતા, હાર્યો જુગારી બમણેા રમે એની માફક ફરી ભરવાનું મન થાય છે, ને ફરી પણ તેવુ જ પરિણામ આવે છે એજ પ્રમાણે યુરેાપ ખડમા ડરબીની ઘેાડાની સરતની લેાટરી નીકળે છે, અને બીજી પણ તેવી જ ઘણી લેાટરીઓ નીકળે છે, તેમા પણ એજ વ્યવસ્થા થાય છે અને કેટલીક વખતે તેા ગર્ભશ્રીમત માણસેા પણ સખ્યાબધ ટીકિટેા આવા ઘેાડાની સરતની ખરીદ કરવામાં ભીખ માગતા થઈ જાય છે, સટ્ટાનેા વહેપાર પણ સેારટી કે લેાટરી જેવેાજ છે અને તેમા હજારેા માણસની પૈસાની ખુવારી થાય છે.

બંધુઓ ! આ બધી લોટરી કે સોરટીમાં પૈસાનું નુકશાન થવાનો ઘણોજ સંભવ છે; પરંતુ અમે પૈસાદાર થવાની નીચે લખેલી બિનાથી ગાંઠનો એક પૈસો ખોવાનો નથી, અને એકદમ પૈસાદાર થવાની તથા તે સાથે બુદ્ધિ ખીલવવાની અને પ્રસિદ્ધી મેળવવાની આ સોનેરી તક છે; માટે વૈદવિધામાં કુશળતા ધરાવનાર વૈદ ડોકટર કે હકીમોએ આ સોનેરી તકનો લાભ લેવાને ચુકવું ન જોઇએ.

સુપ્રસિદ્ધ ગ્રંથકાર અને એક જુના અનુભવી ડોકટર એમ. જે. રોડરમન્ડ એમ. ડી. જેઓએ વર્તમાન કાળમાં પહેલ વહેલી એવી શોધ કરી છે કે, રક્તાશય–હૃદય, અથવા "હાર્ટ" લોહીને શરીરમાં ફેરવતું નથી; પણ રૂધિરાભિસરણ અથવા "બ્લડ સરક્યુલેશન" કરવાની શક્તિ શ્વાસમાં લેવાતા પ્રાણવાયુમાંથી ફેફસાંની માર્ફત જ મળે છે, અને જેઓએ "ફ્રોડ્ઝ ઇન ધી પ્રેક્ટિસ ઓફ મેડીસીન" (ઓષધીશાસ્ત્રમાં ચાલતા ઢોંગ), "મેડીકલ વંડર્સ એન્ડ મેડીકલ બ્લંડર્સ" (વૈદકીય ચમત્કાર અને વૈદકીય ભૂલો), "ધી એપન્ડાઇ સાઇટીસ ફ્રોડ એક્સપોઝર" (એપેન્ડાઇ સાઇટીસ નામના રોગવિષે ચાલતા ધતીંગનું ખોપાળું), અને "એઝ ઇટ ઇઝ" (જેવું છે તેવું.) ઇત્યાદિ ગ્રંથો રચેલા છે. આ વિદ્વાને હાલમાં ચાલતા વૈદકવિદ્યા સંબંધીના વિચારો ભૂલ ભરેલા છે તે વિષેની પોતાની ખાત્રી જાહેર કરી નીચેનાં અગતનાં પાંચ મહોટાં કુલ રૂપિયા પંદર હજાર ઉપરાંતની રકમનાં ઇનામો આપવાનું પોતાના "ફ્રૈડ્ઝ ઇન ધી પ્રેક્ટીસ ઓફ મેડીસીન" નામના ગ્રંથમાં પ્રસિદ્ધ કર્યું છે, જેની વિગત નીચે પ્રમાણે છે:—

"Five prizes of one thousand dollars each to be distributed to the winners in the following order:

"One thousand dollars to be given to any person who can demonstrate by nature's laws that vaccination is not wrong. We invite those who have been murdering, poisoning, and deceiving humanity for one hundred years to show one single evidence in harmany with nature & all her known laws to prove that vaccination is not dangerous and even damnable. It they accomplish this they are welcome to the prize.

"One thousand dollars to be given to any person who can demonstrate by nature's laws that quarantine is not wrong. Now, you who have deceived the world for centuries and call it proof, come down from your pedestal and at least endeavor to be honest for once, and show some evidence based upon nature's laws.

"One thousand dollars to be given to any person who can demonstrate by nature's laws, that any disease is contagious.

"One thousand dollars to be given to any person who

can demonstrate by nature's laws, that germs are the cause of any disease.

"One thousand dollars to be given to any person who can cure (by drugs) consumption of the lungs.

"In order to shut out those who are always ready to impose on others for mercenary or notoriety's sake, I will add that an additional condition is to be fulfilled, namely, that any one winning any of the prizes shall receive ten dollars a day for the time spent in demonstrating that he was right, but if he loses I am to receive ten dollars a day for the time spent in attempting to prove that I am wrong. The author stands ready to make this arrangement with any one who desires to attempt it."

ઉપરના મૂળ ઇંગ્રેજી વાક્યોનો તરજુમો નીચે પ્રમાણે છે—

"સરતમાં જીતનારાઓને એક એક હજાર ડોલર (એક ડોલર લગભગ રૂ. ૩–૨–૦ નો થાય છે) નાં કુલ પાંચ ઇનામો નીચેના અનુક્રમ પ્રમાણે વહેંચી આપવાનાં છે.

૧. કુદરતના કાયદાથી જે માણસ સાબિત કરી બતાવશે કે, 'વેકસીનેશન' અથવા બળીયા ટાંકવા એ ખોટું નથી તેને એક હજાર ડોલર આપવામાં આવશે. ગયાં સો વરસથી જેઓ મનુષ્ય જાતના જીવ લેવાના, ઝેર દેવાના, અને છેતરવાના ધંધામાં લાગી રહેલા છે તેને અમે આમંત્રણ કરીએ છીએ કે, કુદરત અને તેના જાણીતા કાયદાઓને સંમત એવો એક પણ પુરાવો આપો કે જેથી બળીયા ટાંકવા એ ભયંકર અને ધિક્કારવા લાયક પણ નથી એવું સાબિત થાય.

૨. કુદરતના કાયદાથી જે કોઇ માણસ સાબિત કરી શકે કે, 'ક્વૉરંટાઇન'માં રાખવું તે ખોટું નથી તેને એકહજાર ડૉલર આપવામાં આવશે. હવે, તમે કે જેઓ દુનિયાને સેકાંઓ થયાં છેતરતા આવ્યા છો, અને તેને એક પુરાવો ગણોછો, તે તમારા ઉચ્ચસ્થાન ઉપરથી જરા નીચે આવો તથા આખી જીંદગીમા માત્ર એક વખતતો પ્રમાણિક થવાનો પ્રયત્ન કરો, અને કુદરતના કાયદા ઉપર રચાયલો એવો થોડોક પુરાવો તો બતાવો.

૩. કુદરતના કાયદાથી જે કોઇ માણસ સાબિત કરી શકે કે કોઇપણ રોગ ચેપી છે, તેને એક હજાર ડૉલર આપવામાં આવશે.

૪. કુદરતના કાયદાના આધારે જે કોઇ માણસ સાબિત કરી બતાવે કે સૂક્ષ્મ જંતુઓ અથવા 'જર્મ્સ'ને લીધે કોઇપણ જાતનો રોગ પેદા થાય છે તેને એક હજાર ડૉલર (એટલે રૂ.૩૧૨૫–૦–૦) ઇનામ આપવામાં આવશે—

૫. "જે કોઇ માણસ (દવાની મદદથી) ફેફસાંના ક્ષયનો રોગ મટાડી શકે તેને એક હજાર ડૉલર (એટલે ૩૧૨૫–૦–૦) ઇનામ આપવામાં આવશે.

પૈસાના લોભથી, કે ખોટી નામના મેળવવા ખાતર; જે લોકો બીજાઓને ફસાવવાને હંમેશાં તત્પર હોય છે તેમને દૂર રાખવાની ખાતર હું ઉમેરવા માગું છું કે, એક વધારે શરત પુરી કરવાની છે, તે એ છે, કે ઉપર લખેલાં ઇનામોમાંથી કોઇપણ જીતીને મેળવનારને તે પોતે ખરો છે એવું પુરવાર કરી બતાવવામાં જેટલા દિવસ લાગે તે દરેક દિવસ દીઠ દસ ડૉલર (એટલે રૂ ૩૧–૪–૦ ઇનામ આપવામાં આવશે. પરંતુ જો તે હારે તો હું ખોટો છું એવું સાબિત કરવાનો પ્રયત્ન કરવામાં તેને જેટલા દિવસ લાગ્યા હશે તે દરેક દિવસના દસ ડૉલર (રૂ ૩૧–૪–૦) લેખે રૂપીયા મને આપવા પડશે. જે કોઇ માણસ આ ઇનામો માટે પ્રયત્ન કરવા ઇચ્છા રાખતો હોય તેની સાથે જરૂર પુરતી ગોઠવણ કરવા હું તૈયાર છું."

ઉપર પ્રમાણે ડૉકટર એમ. જે રેડરમન્ડ ઇનામો આપવાનું લખે છે. અને તેજ ઇનામોની જાહેરાત ન્યુયોર્કમાંથી પ્રસિદ્ધ થતા "નેચરોપથ" પત્રમાં ડૉ. બેનેડીકટલષ્ટ એન. ડી. એમણે સપટેંબર સન ૧૯૧૦ ના અંકમાં છાપેલી છે, આપણા દેશમાંથી દવાઓમાં કરોડો રુપૈયા પરદેશમાં જાય છે ત્યારે સાંપ્રતકાળની પરદેશી દવાઓ અને વૈદક પદ્ધતિની હિમાયત કરનાર કોઇ ડૉકટર વૈદ્ય કે હકીમ આવી ભારે રકમનું ઇનામ મેળવવામાં ફતેહમંદ ક્યારે થશે ? ડૉ. મેથ્યુ. જોસફ રેડરમંડ એમ. ડી. એ યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સના વિસકોનસીન પ્રગણામાં આવેલા એપલટન ગામમાં રહે છે.

શરીરના નબળા–નાજુક બાંધાવાળા પણ પ્રયત્નથી દીર્ઘાયુષ મેળવી શકે છે.

(લેખક– ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ ઈ. એમ. ઇ., એન. ડી.)

સ્વપ્રયત્નમાં કાયર એવાં ઘણાં મનુષ્યોને ઘણી વાર આપણે બોલતાં સાંભળીએ છીયે કે, "શું કરીયે ભાઇ ! જન્મથીજ શરીર આવું એકવડીયું, વાયે ઉડી જાય એવું, અથવા તો ભારે છતાં રોગી મળ્યું છે, અને બે દહાડા પણ પાંશરા જતા નથી. કાં તો વૈદની કે ડૉકટરની કે ઘરગથ્થુ ગોળી, ઘસારાં, ચુરણ, ચાટણું, પડીકાં, ઉકાળા એમાંથી કાંઇનું કાંઇ હમેશાં ચાલતુંજ રહે છે, તો પણ તબીયત જોઇયે તેવી સારી રહેતી નથી. આ જવાની તો હમણાંજ આવી છે, એટલામાં તો દાંત નબળા પડવા લાગ્યા છે, માથા પર કોઇ કોઇ વાળ રૂપેરી થવા લાગ્યો છે, ખાવાનું તો જોઇએ તેવું પચતુંજ નથી, શરીરની સર્વ ધાતુઓ અને સાંધા જોઇયે તેવા બળવાન જણાતાં નથી. આમ હરિ આશરે અમારી જીંદગીનું રગશીયું ગાડું જેમ તેમ કરી આગળ ચાલે છે. પણ તેના ડગમગતા ટાંટીયાવાળા તદન તવાઇ ગયેલા માત્ર ટોનીકોના ટેકા વડેજ ટકી રહેલા દેખાતા આ જીવનરથને જોડેલા બળદ ક્યારે બેશી પડી મરણને શરણ થશે, તેની ખાત્રી નથી. છતાં પણ કાઢયાં છે તેટલાં (વર્ષ) કાઢવાની હવે આશા પડતી નથી. આ પચાસ વરસ પુરાં થાય તો જાણે જગ જીત્યા. લાંબી જીંદગી તો અમે એનેજ ગણીયે છીયે. સો વરસ જેટલી લાંબી જીંદગીના

ધારો તો હવે વહી ગયાં આવાં શરીરે તો કદિ ઇંદ્ર હેઠો ઉતરે તો પણ દીર્ઘાયુષ્યનું દાન દેવાવાળો અમને કોઇ મળનાર નથી." આના આવા અજ્ઞાન અને નિરાશાના વિચાર વિવિધ રૂપમાં વિવિધ પ્રસંગે લોકોને ઉચ્ચારતાં આપણે અનેકવાર સાંભળીયે છીયે. એક ઘડીયાળ, સંચો કે બાઇસીકલ ચોક્કસ નિયમો પ્રમાણેજ ચાલે છે, અને સંભાળથી વાપરવાથી તે લાંબો વખત ટકી રહે છે, અને બેદરકારીથી વાપરવાથી બહુજ જલ્દી ખરાબ થઇ જાય છે, એ વાત તેઓ સમજે અને માને છે. પરંતુ તેવાજ—યંત્રના નિયમો કરતાં પણ વધારે ચોક્કસ અચલ, અને પવિત્ર નિયમો શરીરમાં પણ હયાતી ભોગવે છે, અને તે નિયમોને જાણી તથા સમજી તે પ્રમાણે શરીરને સંભાળીને વાપરવાથી તે લાંબો વખત સુધી ટકાવી રખાય છે તે વાત પ્રજા બરાબર સમજતી હોય એમ જણાતું નથી. માનવકૃત સર્વ નિર્જીવ યંત્રો કરતા પણ મનુષ્ય શરીરમા એક અગત્યનો તફાવત અને ચઢીયાતાપણું રહેલું છે, તે એ છે કે આપણા શરીરયંત્રો તો પ્રત્યેક ક્ષણે બદલાયા કરે છે, નવાં નવાં બંધાયા કરે છે. આપણે દરેક પળે જે હવા ફેફસામા લેઇયે છીયે, દિવસમાં ઘણીવાર આપણે જે પાણી પીએ છીયે અને જરૂર પડે ત્યારે જે ખોરાક આપણે દરરોજ ખાઇયે છીયે, તે સર્વમાંથી ઘણો મોટો ભાગ રૂપાંતર પામીને આપણા શરીરના જુદા જુદા અવયવ રૂપ બની જાય છે. જે ખોરાક હોજરી પચાવે છે તેમાંથ તે હોજરી પાછી પોતે પણ બને છે. જે રસોની મદદથી ખોરાક ઓગળીને પચી જાય છે, તેજ ખોરાકમાંથી પાછા બીજા નવા ખોરાકને પચાવનારા રસો શરીરમાં તૈયાર થાય છે: જે વાયુ ફેફસામાં જઇ રક્તને વિશુદ્ધ તથા શરીરને ગરમાવાવાળુ કરે છે, તે જ વાયુ વળી પોતાને પચાવનાર ફેફસાને બળવાન કરી બીજા નવા વાયુને પચાવવાની ફેફસાની શક્તિને વધારે છે. ટુંકામા કહિયે તો દર વર્ષે આપણા શરીરમા ચોરાશી મણ ખોરાક પાણી, અને સાડીબાર લાખ ઘનફુટ હવા દાખલ થાય છે, અને જુનો કચરો તેટલાજ મોટા જથામા બહાર નિકળી જાય છે આ ઉપરથી સ્પષ્ટ સમજાય તેમ છે કે, નવિનીકરણની ક્રિયા આપણાં શરીરમા સતત ચાલ્યા કરે છે અને સૂક્ષ્મ અવલોકન ઉપરથી વિદ્વાનોએ નિર્ણય કર્યો છે કે માત્ર એકજ વર્ષમા શરીરના સર્વ પોચા ભાગ તદ્દન બદલાઇને નવા રચાઇ જાય છે, અને દર સાત વર્ષ જેટલી મુદ્દતમા અસ્થિ એટલે હાડકાનો પણ એકે એક અણુ બદલાઇ જાય છે આ વાત દરેક વિચારવાન પુરૂષ કબુલ કર્યા વગર રહેજ નહિ તેવી છે. તો પછી મા બાપ તરફથી અમને રોગી, અશક્ત, બેડોળ શરીર મળ્યુ છે, તેથી હવે જન્મભર તેવાજ રહેવાને અમે સરજાયલા છીયે એવો ભૂલ ભરેલો ખોટો નિશ્ચય બાંધી બેસી તેવીજ દુઃખદ હાલતમા સડ્યા કરવું એ કયી રીતે યોગ્ય કે ડહાપણ ભરેલું ગણી શકાય? તંદુરસ્તી, ગુલાબી તેજી, શરીરના વિવિધ અવયવોનુ પરસ્પર યોગ્ય પ્રમાણ, ઘાટીલાપણું, સૌંદર્ય અને મોહકતા એ સર્વ વાનાં બીજાં બધા પુરૂષાર્થોની માફકજ પ્રાપ્ત કરી શકાય તેવા છે. જ્યાં જ્યાં તેનો અભાવ અથવા ગેરહાજરી જોવામાં આવે છે, ત્યા ત્યા ઘણું કરી યોગ્ય પ્રયત્નનીજ ખામી હોય છે. સર્વવાના પ્રયત્નવાનને જ્યા ત્યા પ્રાપ્ત થતા આપણે અવલોકન વડે જોઇ શકીયે છીયે આવા ઘણા દૃષ્ટાંતો અથવા ખરા બનેલા દાખલાઓમાથી એકજ વિષે અહિ આપણે વિચાર કરીયે.

લુઇ કૉરનેરો નામનો પ્રસિદ્ધ પુરૂષ ઈટાલી દેશના વેનીસ શહેરમાના એક ઉચ્ચ ઉમરાવ

કુટુંબમાં ઇસ્વીસનના પંદરમા સૈકામાં જન્મ્યો હતો. તેણે પોતાને હાથે લખેલા પોતાના જન્મચરિત્ર ઉપરથી જણાય છે કે, જન્મથીજ તેને નબળા રોગી શરીરનો વારસો મળ્યો હતો, અને વળી વધારામાં ખાનપાનમાં નિયમ કે મિતપણું નહિ જાળવવાથી ચાળીસ વર્ષની વયે તેનું શરીર તદ્દન તવાઇને ક્ષીણ થઇ ગયું, તેની શક્તિ અતિશય ઓછી થઇ ગઇ, તેની તંદુરસ્તી તથા જુવાનીનો જુસ્સો તો સ્વપ્નાની પેરે સમૂળગો ઉડી ગયો અને તેને ફરી સાજા થવાની કે થોડાં વર્ષ પણ જીવવાની જરાએ આશા રહી નહિ. પરંતુ પોતે બુદ્ધિવાન હોવાથી વૈદ ડૉકટરોને ત્યાં દોડી જવાને બદલે, અને દવાઓના ડોઝ, ઉકાળાના રગડા, ચાવવાનાં ચુરણ, ગળવાની ગોળીઓ, ફાકવાની ફાકીઓ, ઘસી પીવાનાં ઘસારવાં, મોંઘી માત્રાઓ, ભલીભાતની ભસ્મો, તાકાત લાવનાર ટૉનીકો, વિગેરેના સપાટામાં સપડાઇને ધનમાલ અને અમૂલ્ય અવસર ગુમાવવાને બદલે, તુરતજ તેણે આરોગ્યશાસ્ત્રનો ઉંડો અભ્યાસ કરવા માંડયો. ટુંક વખતમાંજ તેના જાણવામાં આવ્યું કે તંદુરસ્ત રહેવા માટે માણસને બહુજ થોડા ખોરાકની જરૂર છે. પરંતુ જીભને ખોટાં લાડ લડાવવાની ખાતરજ અરેખર લોકો ખુબ ખાઇને પોતાની પાચન શક્તિ ખોઇ બેસે છે, એટલુંજ નહિ પણ બાજા અનેક રોગોના ભોગ થઇ પડી, ઇટાલીયન લોકોની એક કહેવત પ્રમાણે "પોતાની ઘોર પોતાનાજ દાંત વડે ખોદી", અકાળે મરણને શરણ થાય છે. પોતાની ભૂલ આ પ્રમાણે જડવાથી, અને રોગના જડબામાંથી જરાપણ ખસાય નહિ તેવી રીતે જકડાઇ જવાથી, પોતાનું ખાનપાન અને રહેણી કરણી જલ્દી બદલી નાંખવાની તેને જરૂર જણાઇ, અને તે પ્રમાણે ચાલવાનો તેણે ચોક્કસ ઠરાવ કર્યો, સાદો ખોરાક થોડા થોડા પ્રમાણમાંજ દરરોજ ખાવાનું, અને તેમાં નિયમ જાળવવાનું અને બીજી બાબતોમાં પણ બરાબર મિતાહારી રહેવાનું તેણે શરૂ કર્યું. આવા વર્તનથી લ્યુઇ કૉરનેરો કહે છે કે, "પરિણામે માત્ર થોડાકજ દિવસમાં મને જણાવા લાગ્યું કે આવા ખાનપાનના નિયમ મને બહુજ માફક આવ્યા છે, અને તેજ પ્રમાણે ચાલ્યા કરવાથી માત્ર એક વર્ષ કરતાં પણ થોડી મુદતમાં મારાં સર્વ દરદોમાંથી હું મુક્ત થઈ ગયો."

આગળ ચાલતાં તે પોતે જણાવે છે કે, "આ પ્રમાણે તંદુરસ્તી પાછી પ્રાપ્ત થવાથી મિતાહારની ઉપયુક્તતા અને શક્તિનો મને ખરો ખ્યાલ આવવા લાગ્યો. મેં વિચાર્યું કે જો મારા ભયંકર વ્યાધિઓ ઉપર વિજય મેળવી તેનો નાશ કરવામાં મિતાહાર જો સફળ નિવડયો છે, તો પછી તેનાજ વડે મારી તંદુરસ્તી પણ જળવાઇ રહીને મારો નબળો બાંધો પણ સશક્ત થવો જોઇએ. તેટલા માટે મારી પ્રકૃતિને કયા ખોરાક માફક આવે છે તે ખોળી કહાડવાના કામમાં હું ખંતથી મંડી પડયો. પરંતુ તે પહેલાં એક વાતનો નિર્ણય કરવાની મને ખાસ જરૂર જણાઇ કે, જીભને જે ચીજો પસંદ પડે તે તે ચીજો હોજરીને પણ તેટલીજ સારી રીતે પસંદ પડે છે કે કેમ, અગર તો "જે ગમ્યું જીભને, તે પસંદ પડે પેટને, અને સારૂં કરે શરીરને," એવી જે સામાન્ય માન્યતા લોકોમાં જોવામાં આવે છે, તે ખરી છે કે ખોટી તેની સંભાળપૂર્વક તપાસ અને જાતી અનુભવ કરી જોવો જોઇએ. આવી તપાસ અને અનુભવને અંતે મારી સંપૂર્ણ ખાત્રી થઇ કે લોકોનું આવું માનવું બહુજ ભૂલ ભરેલું અને નુકશાનકારક છે કારણ કે, ખોરાક તરીકે વપરાતી એવી ઘણી ચીજો (રાંધી, બાફી કે તળીને પછી તેમાં મીઠું, મરી,

મરચાં, રાઈ, આંબલી, ખાંડ, ગોળ, લસણ, હીંગ વિગેરે મેળવીને કૃત્રિમ રીતે સ્વાદિષ્ટ બનાવેલી ચીજો) છે કે જે જીભને સ્વાદિષ્ટ લાગે છે, પરંતુ જઠર કે પેટને પસંદ પડતી નથી અને બદનને બગાડે છે. આ પ્રમાણે (કૃત્રિમ) સ્વાદવાળા ખોરાકો શરીરને ફાયદો કરનારા હોવા જોઇયે એ સિદ્ધાંતમાં રહેલા અસત્યની પુરેપુરી ખાત્રી કરી લીધા પછી બુદ્ધિને અનુસરીને ખાનપાનના જે પદાર્થો શરીરને ફાયદો કરનારા મને જણાયા, તેજ માત્ર સંપૂર્ણરીતે સહેલાઇથી પચી શકે તેટલાજ પ્રમાણમાં નિયમિતરીતે દરરોજ ખાવાનો મેં ઠરાવ કર્યો, અને પેટ પુરેપુરૂં ભરાઇને તણાવા લાગે તે પહેલાંજ જરા ભૂખ્યા ઉઠવાનો રિવાજ શરૂ કર્યો. આ પ્રમાણે "જેને પોતાની તંદુરસ્તી જાળવવી હોય તેણે પોતાની જીભને વારવી જોઇયે" એ કહેવતને મેં આચારમાં મૂકી. આ રીતે અમિતાહાર ઉપર વિજય મેળવીને, મેં મારી જીંદગીને નિયમિત અને સામ્ય બનાવી દીધી. અને તેમ કરવાથીજ મારા શરીરમાં આગળ કહેલા તેવો અદ્ભુત સુધારો થયો, એટલે કે, માત્ર એક વર્ષથી પણ થોડી મુદતમાં તો જે વ્યાધિઓના પંઝામાં હું સપડાયો હતો અને જેમાંથી છુટવાની બિલકુલ આશા નહોતી, તે સર્વમાથી હું કેવળ મુક્ત થઇ તદન તંદુરસ્ત બની રહ્યો. તે ઉપરાંત બીજો સારો ફાયદો એ થયો કે, અગાઉ જ્યારે હું જે ફાવે તે ગમે તેટલું ચાપીને ખાતો ત્યારે દર વર્ષે જે મંદવાડના ખાટલે મારે અચૂક પડવું પડતું તેમાંથી પણ ઉગર્યો, અને ત્યારથી તે આજ લગી મારી નિરામય અવસ્થા બરાબર જળવાઇ રહી છે, તેનું કારણ પણ એજ કે નિયમિતતા અને મિતાહારના નિયમોનો મેં, કદિ ભંગ કર્યો નથી.

તેથી પરિણામે ઇશ્વરકૃપાથી હું સર્વોત્તમ આરોગ્ય ભોગવું છું. જો કે એ વાત ખરી છે કે, ખાનપાનને લગતા ઉપર લખેલા બે નિયમો (એટલે કે મારી જઠર સહેલાઇથી પચાવી શકે તેના કરતાં જરા પણ વધારે, અને મારી પ્રકૃતિને માફક ન આવે તેવી જાતના ખોરાક કદિપણ નહિ ખાવાના નિયમો) ઉપરાંત, જ્યાં બને ત્યાં સુધી હદ ઉપરાંત તાઢ, તડકો, અતિશય થાક લાગે તેટલો પરિશ્રમ, દરરોજના ઉંઘ અને વિશ્રાંતિના વખતમાં ગરબડ, અને ખરાબ હવા વાળી જગામાં લાંબો વખત રહેવાનું બનતાં સુધી થાય નહી તે નિશે હું ખાસ સંભાળ રાખું છું. તેજ પ્રમાણે જે કુટેવો પડી ગયા પછી છોડવી મુશ્કેલ પડે છે તેવી કુટેવો જેવી કે, શોક, ચિંતા, ભય, ધિક્કાર, ક્રોધ, ઈર્ષા વગેરે આરોગ્ય અને મનને બગાડનાર વિકારોના ગુલામ થઇ પડવાની ટેવોથી બનતાં સુધી દૂર રહેવાની હું કાળજી રાખતો. તો પણ મારે કબુલ કરવું જોઇએ કે આવા ઉગ્ર વિકારોથી હું કેવળ મુક્ત રહી શક્યો નથી, પણ કોઇ કોઇ વાર તેમના સપાટામાં અનિચ્છાએ પણ ધમલાઇ જતો; પરંતુ એક વાતતો મેં અનુભવથી શોધી કાઢી છે કે ખાનપાનમાં મિતપણું અને નિયમ પાળનારને ઉપર કહેલા વિકારો બહુ પજવી શકતા નથી. ગૅલેન નામના એક જુના વખતના ડૉક્ટરે પણ કહ્યું છે કે, જ્યાં સુધી ખાનપાનના ઉપર કહેલા બે નિયમો હું બરાબર પાળતો ત્યાં સુધી કામ ક્રોધાદિ જુસ્સાઓ અને ઇર્ષા ચિંતા વિગેરે દોષો ભાગ્યે જ એકાદ દિવસ કરતાં વધારે વાર પજવી શકતા. આ વિદ્વાન જે કહે છે તે ખરૂં જ છે તેનો જીવતો પુરાવો હું પોતેજ છું. તેમજ તાઢ, તડકો, અને હવા પાણી અને ઋતુઓના ફેરફારો વેઠવા છતાં મને કાંઇ પણ નુકશાન થયું નથી તે જોનાર તથા

જોનાર અને તેવી જ રીતે (એક કરતાં ઘણીવાર મારા ઉપર કમનસીબે વિપત્તિઓ અને દુઃખો પડવાથી) મારૂં મન ઘણું જ વ્યથિત થયેલું છતાં મારી પોતાની તંદુરસ્તીમાં કંઇ મોટો બિગાડો થયેલો નહિ, જ્યારે કુટુંબનાં બીજાં માણસો મારા જેવા નિયમો પાળનાર નહિ હોવાથી તેમના ઉપર તેજ પ્રસંગોથી માઠી અસર થયેલી, એ વાત પણ જેઓએ જોઇ તથા જાણી છે તેઓ પણ સાક્ષી પુરશે. પરંતુ આથી પણ એક પગલું આગળ વધીને હું બતાવી આપવા માગું છું કે કોઇ અકસ્માતને લીધે શરીરને ઇજા થઇ હોય તે વખતે પણ મિતાહારી માણસ કેટલો જલદી અને સહેલાઇથી સાજો થઇ શકે છે. મારી સીત્તેર વર્ષની ઉમ્મરે હમેશના રિવાજ મુજબ હું એક ગાડીમાં બેસીને દોડાવતે ઘોડે કાંઇ કામસર જતો હતો, તેવામાં અચાનક ગાડી ઉંધી પડી ગઇ અને ભડકેલા તોફાની ઘોડાને ઉભો રખાય તે પહેલાં તો ઉંધી પડેલી ગાડી અને હું બહુ લાંબે સુધી ઘસડાયા. મને એટલા બધા આંચકા મા અને કચ્ચર ઇજા લાગી કે, છુંદાઇ ગયેલા માથા અને કપાઇ ગયેલા શરીર અને સાંધામાંથી ઉતરી ગયેલા હાથ પગ વાળી ભયંકર સ્થિતિમાં મને ઉચકીને ઘેર લેઇ જવો પડયો. આવી ભયંકર ખરાબ હાલતમાં જ્યારે ડૉકટરો અને વૈદ્યોએ મને જોયો ત્યારે તેઓએ નક્કીજ કર્યું કે ત્રણ દિવસમાં તો હું મરી ગયા વગર રહીશજ નહિ, છતાં પણ સોજો અને તાવ આવતો અટકાવવાનેમાટે (તે જમાનાની વૈદક પદ્ધતિ પ્રમાણે) મને સખ્ત જુલાબો આપવાનો અને શરીરમાંથી ઠેકઠેકાણેથી લોહી ખેંચી કાઢવાના (રાક્ષસી) ઉપાયો અજમાવી જોવાની ઇચ્છા દેખાડી પરંતુ, તેથી ઉલટું, વરસો સુધી મિતાહારી અને નિયમિત જીંદગી ગાળવાથી મારૂં લોહી પવિત્ર સારી નિરોગ હાલતમાં છે એમ ખાત્રી પૂર્વક હું જાણતો હોવાથી, સખ્ત જુલાબો લેવાની કે શરીરમાંથી લોહી કાઢવા દેવાની મેં ચોખ્ખી ના પાડી. ઉપાયમાં માત્ર મેં કેટલીક જાતનાં તેલ શરીર પર ચોળાવ્યાં કે જે તેઓએ કહ્યું કે કદાચ જરા ફાયદો કરશે. આ પ્રમાણે બીજો કોઇ પણ ઉપાય કર્યા વગર હું ધારતો હતો તેમ સાજો થયો, અને ફરીથી અગાઉના જેવોજ તંદુરસ્ત અને સશક્ત બન્યો કે જેથી મારા ઉપર ગુજરેલી આફત પણ વિસારે પડી. આ જોઇ "તમે જીવશો નહિ, અને ત્રણેક દિવસમાંજ મરણ પામશો," એવો અભિપ્રાય આપનારા વૈદ ડૉકટરો તો સરમાઇને આશ્ચર્યથી ચકિત થઇ ગયા. મારા આ જાતના અનુભવ અને દૃષ્ટાંતથી એ વાત પણ સાબિત થાય છે કે, જે માણસ ખાનપાનમાં બહુ જ સંભાળ પૂર્વક મિતાહારનો નિયમો હમેશાં પાળેછે, તેને માનસિક દુઃખો કે અકસ્માતથી થતી શારીરિક વ્યથાથી પરિણામે બહુ જ થોડું શોષવું પડે છે.

'મિતાહારી નિયમિત જીવન' એ શબ્દોથી હું એવું સૂચવવા માગું છું કે, પોતાને દરરોજ ઓછામાં ઓછા કેટલા ખોરાકથી સારી રીતે ચાલી શકે છે, અને પોતાની પ્રકૃતિને બુદ્ધિ અને શાસ્ત્રાનુસાર એવો કયો ખોરાક માફક આવે છે તે નક્કી કર્યા પછી પોતાની સગવડ અને સ્થિતિ પ્રમાણે ખાનપાનની જાત અને પ્રમાણ વિષે નક્કી ઠરાવ અને ગોઠવણ કરી, તે ઠરાવ અને નિયમને બરાબર વળગી રહેવું, અને એસણી વગરના ઢાળવાની માફક વખત આવે ગમે તે બાજુ ઢળી નહિ પડતાં, અને એક વખત ખાનપાનમાં બહુજ સંભાળપૂર્વક વર્તીને, બીજી વખત વળી ખૂબ અમિતાહારી સર્વભક્ષી અને અકરાંતીઆ થઇને એક પગ દુધમાં અને એક પગ દહીંમાં રાખવાની મૂર્ખાઇ કરવાને બદલે આગ વધી

નક્કી કરેલા નિયમનીજ હદમાં રહીને ચાલવું. કારણકે અનિયમિત, અવ્યવસ્થીત, તુરંગી જીવન ગાળવાથી હમેશાં લાભ કરતાં હાની વધારે થવાનો સંભવ છે. જો દ્દઢ નિશ્ચય કરવામાં આવે તો સર્વ પ્રસંગે અને સર્વ સંજોગો વચ્ચે મિતાહાર અને નિયમિત જીવન ગાળવામાં બિલકુલ વિક્ષેપ પડે નહિ. આમ હોવાથી હું કહું છું કે, જે કોઇ મનુષ્ય આ રીતે ચાલશે, તે કદિ પણ માંદો પડશે નહિ, અગર તો બહુજ જુજ વખત અને અલ્પ-કાળનીજ માંદગી તેને ભોગવવી પડશે, કારણ કે મિતાહાર અને નિયમિત જીવનથી તે રોગનાં સર્વ મૂળ કારણોનો તે નાશ કરી દે છે, અને આ રીતે કારણ દૂર કરવાથી તે પરિણામને પણ બનતું અટકાવી શકવાને સમર્થ થાય છે. આ રીતે મિતાહારી માણસને રોગોથી ડરવાનું રહેતું નથી, કારણ કે તેનું લોહી વિશુદ્ધ હોવાથી રોગોનાં કારણો તેમાં વૃદ્ધિ પામી શકતાં નથી. આ સર્વ વિવેચન ઉપરથી એ સ્પષ્ટ થાય છે કે, મિતાહારી નિયમિત જીવન એટલું બધું લાભદાયક અને સદાચાર—પુણ્ય પૂર્ણ છે કે આખા વિશ્વને તે અનુકરણીય અને ગ્રાહ્ય થવું જોઇએ; આમ થવાનું વધારે કારણ વળી એ છે કે, દરેક માણસની પોતપોતાના વિવિધ ફરજોની તે આડે આવવાને બદલે તે ફરજો સારી રીતે બજાવવાનું કામ તે ઉલટું સહેલું અને સરળ કરી આપે છે. વળી દરરોજ હું ખાઉં છું તેટલો થોડો ખોરાક એટલે ચોવીસ કલાકમા માત્ર બાર ઓંસ અથવા પોણો શેરજ ખાવાની દરેકને કાંઇ જરૂર નથી; કારણ હાલ મારી ઉમ્મર બહુ વધારે છે અને તેથી પાચનશક્તિ પણ અગાઉના જેટલી બળવાન નથી. કોઇ મને એવું કહેશો નહિ કે એવા પણ કેટલાક માણસો જોવામાં આવે છે કે જેઓ ઘણીજ અનિયમિત જીંદગી ગુજારે છે છતાં પણ સાજા તાજા રહી લાંબી જીંદગીએ પહોંચી શકે છે, આવી દલીલ અનિશ્ચિતપણા અને જોખમ ઉપર રચાયલી છે, અને આવાં દૃષ્ટાંતો પણ પ્રમાણમાં બહુ ઓછા જડે છે. માટે આવા જુજ અપવાદોનો આધાર લેઇ માણસોએ અમિતાહારી અને અનિયમિત થવાને લલચાઇ જવું ન જોઇયે. પોતાના મજબુત બાંધા ઉપર હદ ઉપરાંત વિશ્વાસ રાખીને આવા ખાનપાનના ઘટતા નિયમોનો તોછડાઇ અને બેદરકારીથી જો કોઇ ભંગ કરે છે તો તેથી તેને આખરે નુકશાનજ થવાનો ભય રહે છે, અને વ્યાધિ, અકાળ ઘડપણ અને મરણનો તેને સતત ભય રહ્યા કરે છે. આવાં કારણથી હું ખાત્રી પૂર્વક કહું છું કે જન્મથી નબળું અને રોગી શરીર વારસામાં મેળવનાર માણસ પણ જો મિતાહારી અને નિયમિત જીવન ગાળે તો તે બીજા મજબુત ઉત્તમ બાંધાવાળા; પરંતુ અનિયમિત, વ્યસની અને અમિતાહારી જીંદગી ગાળનારા કરતાં વધારે લાંબી જીંદગી ગાળી શકશે.

જે માણસનો બાંધો નાજુક, નબળો અને ખરાબ હોય તે પણ પોતાની બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરી નિયમિત, સાદુ, અને મિતાહારી જીવન ગાળે તો મારી પોતાની માફક સારી તંદુરસ્તી સાથે લાંબુ આયુષ્ય ભોગવી શકે, કારણ કે, મને પોતાને જન્મથી નબળામાં નબળું અને ખરાબમાં ખરાબ શરીર મળ્યું હતું, અને ચાળીસ વર્ષ ઉપરાંત એક દિવસ પણ વધારે હું જીવીશ એવી કોઇને આશા પડતી નહોતી તે હું આજે ૮૬ છયાશી વર્ષની ઉમ્મરે તર્દન તંદુરસ્ત અને ચાલાક દેખાઉં છું. એટલુંજ નહિ પણ મારી સર્વ કર્મેન્દ્રિયો, મારૂં હૃદય, મારો સુર, મારી સ્મરણ શકિત અને એકે એક દાંત સદાંત મજબૂત અને નિરોગી છે. તેજ પ્રમાણે જેમ

જેમ મારી વય વધતી જાય છે, તેમ તેમ મારી વિવિધ શક્તિઓ પણ કમી પડતી હોય એમ જણાતું નથી, તેનું કારણ એ છે કે, જેમ જેમ મારી ઉમ્મર વધતી જાય છે તેમ તેમ ઓછું ઓછું કરતો જાઉં છું છતાં પણ આખરે મરણ તો માણસને માટે સરજાયલુંજ છે તેથી મારે પણ મરવું તો પડશે, તોપણ મારી ખાત્રી છે કે દુઃખ, પીડા, કે મંદવાડ ભોગવ્યા વગરજ ધીમે રહીને શાંત સદાકાળની મીઠી નિદ્રા (મરણ)માં હું વિરામ પામીશ.

લાંબુ આયુષ્ય ભોગવી આવું સુખી મરણ મેળવવું એ ખરેખર એક શુભ આશિર્વાદ સમાન જ છે; પરંતુ રંકથી તે રાય સુધી, શું તવંગર કે શું ગરીબ, શું રાજા કે રખડતા ભિખારી, અદનાથી તે આલા સુધી કુલ માણસ જાત આરોગ્યશાસ્ત્રના અને મિતાહારના નિયમો પાળી મેળવી શકે તેમ છે. અને તંદુરસ્તીને લાંબી જીંદગી દરેક માણસે મેળવવી જોઇયે તથા તેમ કરવું તેને બહુજ ગમે પણ છે, તેથી દરેક માણસની એક ખાસ ફરજ ઠરે છે કે તેણે સુખી દીર્ઘાયુષ પ્રાપ્ત કરવાનો પૂર્ણ પ્રયાસ કરવો: પરંતુ આ અમુલ્ય અને અપૂર્વ બક્ષિસ નિર્વ્યસની, મિત આહાર વિહાર કરનાર અને નિયમિત જીવન ગાળનારને જ આપવવામાં આવે છે. પરંતુ કેટલાક લોકો એવું કહેતા સાંભળવામાં આવે છે કે, ઘણા લોકો સો સો વરષનું લાંબુ આયુષ સારી હાલતમાં મેળવી શક્યા છે, જો કે તેઓ ખૂબ ખાતા પીતા, ચ્હા, કૉફી, તમાકુ, દારૂ અને ગમે તેવો ખોરાક અને વ્યસનની ચીજો સારી પેઠે ઠાંસતા. આવું કહેનારા લોકો એમ અનુમાન કરી નક્કી કરી બેસે છે કે આવા અપવાદરૂપ પુરૂષોના જેટલાજ પોતે પણ ભાગ્યશાળી નિવડશે. પરંતુ તેમની આવી ધારણામાં તેઓ બે પ્રકારની ભૂલ કરે છે. પહેલી ભૂલ તો એ છે કે, દર પચીસ હજાર માણસમાંથી એક માણસ પણ આવી રીતે વર્તિને દીર્ઘાયુષ મેળવી શકતો નથી; અને બીજી ભૂલ એવી છે કે, આવા અમિતાહારી, અકરાંતીયા, વ્યસની લોકો આખરે કોઇ ભયંકર દરદના પંઝામાં સપડાઇને છેવટે અમુલ્ય જીંદગી ખોઇ બેસે છે; અને આવા મનુષ્યો કદાચ વહેલા મરી ન જાય; તો પણ જીંદગીના છેલ્લા દિવસો તેઓ સુખમાં કાઢી શકશે એની બિલકુલ ખાત્રી તેઓ રાખી શકતા નથી. આવાં આવાં અનેક કારણોથી એજ વાત નક્કી થાય છે કે, નિર્વ્યસની, મિત આહાર વિહારવાળી, અને નિયમિત જીંદગી ગાળીને, તથા ખોરાકના વજન કે પ્રમાણ ઉપર ખાસ ધ્યાન રાખીને માત્ર શરીરના પોષણ જરૂરનો એટલો જ (પરંતુ મોઢુ કે જીભ સ્વાદની ખાતર વધારે માગે તેટલો નહિ એવો) ખોરાક હંમેશાં ખાવો એજ દીર્ઘાયુષ અને સુખી જીંદગી પ્રાપ્ત કરવાનો નિર્ભય રાજમાર્ગ છે. આવી રીતે જીંદગી ગુજારવી એ કાંઇ અશક્ય કે નિયમિત રીતે જીવન ગાળી બહુ લાંબી જીંદગી ભોગવનારા મહાપુરૂષોનાં અનેક દૃષ્ટાંતો આપણા ઇતિહાસ અને ધર્મપુસ્તકો પુરાં પાડે છે; એટલું જ નહિ પણ આપણા હાલના જમાનામાં પણ આજ ઉપાયથી લાંબુ આયુષ જેમાં હું પોતાને પણ એક ગણું છું; આપણ સર્વ બુદ્ધિસંપન્ન મનુષ્યો છીયે, અને તેથી આપણાં સર્વ કાર્ય ઇચ્છાનુસારજ થવાં જોઇયે, આપણું તન અને મન બુદ્ધિએ નિશ્ચિત કરેલા નિયમોને જ વશ વર્તવાં જોઇએ."

દીર્ઘાયુષી મહાન ઇટાલીયન ઉમરાવ લ્યુઇ કારનેરોએ લગભગ નેવુ વર્ષની ઉમરે લખીને પ્રસિદ્ધ કરેલા પોતાના જીવન વૃતાંતમાંથી જરૂર પુરતા ભાગનું ઉપર પ્રમાણે ભાષાન્તર આપવામાં આવ્યું છે, જો કે વાતો તેમાં ફરી ફરીને કહેવામાં આવી છે તો

પણ કેવા સાદા નિયમો પાળીને જન્મથી નબળા બાંધાના આ દઢાગ્રહી પુરૂષે લગભગ એકસોને વીસ વર્ષનું લાંબુ આયુષ ભોગવ્યું હતું તે જાણવાનું ઘણું ઉપયોગી અને આદરણીય છે. આ દષ્ટાંત સ્પષ્ટ બતાવી આપે છે કે આપણું શરીર ગમે તેટલું ખરાબ થઇ ગયું હોય; તો પણ ધર્મશાસ્ત્ર તથા આરોગ્યશાસ્ત્ર પ્રતિપાદિત સદાહાર અને સદાચાર પુન: પાળવા માંડી, મહામાયા પ્રકૃતિ દેવી (કુદરત) તરફ પાછા જવામાં આપણે કદિ પણ મોડા પડતા નથી;—We are never too late for a Return to Nature—અને નૈસર્ગિક ઉપાયો વડે વ્યાધિ માત્રને વિદારીને, પૂર્ણ આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરીને, સદ્‌સુખની સહજ પ્રાપ્તિ સહ લાંબી જીંદગીનો અમૂલ્ય લ્હાવો લેવાનું હરકોઇ દઢાગ્રહી, ધીરવીર અને યોગ્ય પ્રયત્નવાન પુરૂષને માટે સદાકાળ સંભવિત છે.



ખરો આનંદ તથા સુખ શામાં છે?

(અનુસંધાન ચાલુ વર્ષના પૃષ્ટ ૨૯૧ થી)

લેખક:—તંત્રી.

ધન્વંતરી માસિકના પ્રથમ વર્ષના ઓક્ટોબર સન ૧૯૦૮ ના માસમાં "દિવ્ય મંદિર" એ નામનો ડૉ૦ મહાદેવપ્રસાદ, એન. ડી. એમણે લેખ લખેલો છે. તે લેખમાં નીચે પ્રમાણે તે લખે છે —

"દ્રષ્ટાંત તરીકે ૨૫૦૦૦૦૦ ગ્રંથીઓથી મૃદુ તથા સુંવાળી રહેલી આપણા શરીરની ત્વચા એટલે ચામડીનો વિચાર કરીએ. આ પચીસ લાખ ગ્રંથીઓ અસંખ્ય સર્પાકાર નલિકાદ્વારા પોતામાં એકઠો કરેલો રસ બાહાર રેડે છે. જો એક ચાર 'ડાયામીટર' ના સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રવડે આપણા હાથની હથેળી જોવામાં આવે તો તેમાં દર એક બે ઇન્ચે ૩૮૦૦ બારિક છિદ્રો જોવામાં આવે છે. આ છિદ્રો તે પ્રસ્વેદ રૂપે શરીરમાંથી મળને બહાર કાઢી નાંખનાર નલિકાઓનાં મુખ છે. એક સાધારણ માણસના શરીરમાંની આવી પ્રસ્વેદ નલિકાઓને જો એકને છેડે બીજી એમ હારબંધ ગોઠવવામાં આવે તો તેની લંબાઇ ૧૦ માઇલ થાય છે. આ સિવાય વળી એક જાતના તેલને બહાર લાવી ત્વચાને સુંવાળી રાખનાર વળી અસંખ્ય નલિકાઓ હોય છે. ખરી રીતે ચોવીશ કલાકમાં મૂત્રાશય કરતાં ત્વચાદ્વારા વધારે પ્રવાહી પદાર્થો શરીરમાંથી બાહાર નીકળી શરીરને નિરોગ રાખવામાં મદદ કરે છે. કેટલાંક કુતરાં અને બીજાં પ્રાણી ઉપર પ્રયોગ કરીને એ સિદ્ધ કરવામાં આવ્યું છે કે જો એકાદ પ્રાણીના આખા શરીરપરથી વાળ કાપી નાખી પછી જો તે ઉપર વારનીશ ચોપડી દેવામાં આવે કે જેથી તેની ચામડીનાં છિદ્રો પુરાઇ જઇ જરા પણ કચરો બાહાર નિકળી શકે નહી, તો તે રીતે શરીરમાં એકઠા થતા મળથી તેને ઝહેર ચઢી તે થોડા વખતમાં મરણ પામે છે. આ ઉપરથી બરાબર ઘસીને સ્નાન કરી ત્વચાને તદન સ્વચ્છ રાખવાની કેટલી અગત્ય છે તે જણાઇ આવે છે." સાંપ્રતકાળમાં થએલી શોધોથી નક્કી ઠરી ચુક્યું છે કે, ઉપર કહેલાં પચીસ લાખ ચામડી ઉપરનાં છિદ્રો અને તે સિવાયનાં

તેલ જેવો પદાર્થ બાહાર લાવનાર છિદ્રોદ્વારા પણ શ્વાસ પ્રશ્વાસની ક્રિયા ચાલ્યા કરે છે. જેને ઇંગ્રેજીમાં "ટ્રાન્સ પાઇરેશન" કહે છે. આ વાતની ખબર ઘણા જ થોડા માણસોને હોય છે. આવાં છિદ્રોદ્વારા પ્રાણવાયુ આપણા શરીરમાં દાખલ થઇ રક્તમાં મળે છે, રક્તમાં રહેલા વિજાતિય તત્વનું શોધન કરે છે, અને શરીરને સ્વચ્છ રાખવામાં ન આવે, ને ચામડી ઉપરનાં છિદ્રો ખુલ્લાં રાખવામાં ન આવે તો 'ટ્રાન્સ પાઇરેશન'ની ક્રિયા બરાબર થઇ શકતી નથી. તેમ જ શરીર ઉપર ઘણાં વસ્ત્રો ધારણ કરવાથી પણ એવું જ પરિણામ આવે છે. અને લોહીમાં રહેલા વિજાતીય તત્વો બહાર નિકળી શકતાં નથી. માટે શરીર ઉપર પહેરવાનાં વસ્ત્રો ખુલતાં અને બારીક જોઇએ. તથા પ્રાણવાયુનો પુરતો જથો શરીરમાં દાખલ થવા માટે ખુલી હવામાં ફરવા જવું જોઇએ. કસરત પણ ખુલી હવામાં અને ઉઘાડા શરીરે કરવાનું કારણ પણ તેજ છે.

ડૉકટર ટી. આર. એલ્કીનસન એલ. આર. સી. પી. કહે છે કે, જો હું તમને એમ કહું કે માણસ જાતને શરીર પર કપડાં પહેરવાનો હક નથી તો તે સાંભળી તમને અચંબો થયા વિના રહેશે નહી. પણ જ્યારે તમે એ વિષય પર બરાબર રીતે મનન કરશો ત્યારે મ્હારી સાથે એકમત થયા વિના રહેશો નહિ. પરમેશ્વરે મનુષ્ય જાતને ગરમ પ્રદેશમાંજ રહેવા સરજેલ છે. અને દરેક પ્રાણીને કુદરતે પીંછાં અથવા રુવાટાંના રૂપમાં કુદરતી પોષાક આપેલો હોય છે.

પુરાતન કાળમાં માણસના શરીર ઉપર પણ પુષ્કળ વાળ હતા, જેની હજુ પણ થોડી થોડી નિશાનીઓ હાથ પગ છાતી અને શરીર ઉપર જોવામાં આવે છે. અને તેવા વાળને લીધે તે હવાપાણી વિગેરેથી થતી અસરોમાંથી તેનું રક્ષણ કરે છે, પુરાતનકાળમાં અમુક સંજોગોને લીધે ગરમ પ્રદેશમાંથી ઠંડા પ્રદેશમાં માણસને જવાની જરૂર પડી. અને ત્યાં તેને માલુમ પડ્યું કે, બીજાં પ્રાણીનાં ચાંમડાં ઓઢવાથી તેવા ઠંડા પ્રદેશમાં પણ પોતે ગરમ રહી શકે છે, આ શોધનો તેણે ઉપયોગ કરવા માંડ્યો, અને ચાંમડાંને એકઠાં સાંધીને પોતાનું શરીર ઢાંકતાં શિખ્યો. થોડા વખત પછી ઉનને કાંતી અને વણીને તેનું કપડું બનાવતાં તેને આવડ્યું, જે પછી રૂ અને શણની શોધ હાથ લાગતાં હાલનાં ભાતભાતનાં કપડાં પહેરવાની શરૂઆત થઇ. શરૂઆતમાં તો માણસ ચાંમડાં વિગેરે પોતાના શરીરની આસપાસ ખુલતાં રહે તેવી રીતે બાંધતા અથવા તો શરીરના જે ભાગ ઉપર વધારે ઠંડી લાગતી તે ભાગને તેનાથી બરાબર ઢાંકતો, અગર તો આરામ લેતી વખતે અથવા રાત્રે સુઇ રહેતી વખતે અને ઠંડી રૂતુમાં ચામડાં સારી રીતે ઓઢતો. ધીરે ધીરે ચાંમડાંને એકમેક સાથે બરાબર શીવી લેતાં તેને આવડ્યું. પછી તે બંધબેસતાં કરવા માટે વધારેનો ભાગ કાપી નાંખતો અને કેવી રીતે પોતાના શરીરને બંધબેસતો આવે તેવો આકાર કરતાં શીખ્યો. પરિણામ એ આવ્યું કે, ફેશન અને ટાપટીપ હવે તો એટલી વધી પડી છે કે લુગડાં ખાસ અમુક જ રીતે કાપીને શીવેલાં પહેરવામાં આવે છે. આવી રીતે શરીર ઉપર કપડાં પહેરવાનું શું પરિણામ નિપજ્યું છે? પ્રથમ તો કપડાં પહેરવાથી કુદરતે આપણા શરીર ઉપર વાળનો જે કુદરતી પોષાક આપેલો હતો તે લગભગ જતો રહ્યો, અને બીજી વાત એ કે, આપણી ચામડી કપડાં પહેરવાથી નબળી બની ગઇ છે. અને હવા તથા રૂતુના ફેરફાર સામે ટકી રહેવાને ઘણા પ્રમાણમાં અશક્ત બની છે. અને છેવટે શરમનાં

ખોટા વિચારો તેને લીધે આપણામાં આવ્યા છે. ઘણાં કપડાં પહેરનારાને જ ઠંડી અને સળેખમ વધારે થાય છે. કારણ કે, પોતાના શરીરમાં ગરમાવો રાખવા માટે પુરતી કસરત કરવાની જરૂર કપડાં પહેરવાથી અટકે છે, અને શરીરમાં રહેલાં કારબનવાળાં તત્વો બાળી નાંખવાને પુરતો ઓકસીજન કપડાં પહેરવાથી લોહીને મળતો નહીં હોવાથી બેચેની પણ થાય છે.

જો રૂતુ ઠંડી થાય છે તો તેમની ચામડી પણ ઠંડી થઇ જવાથી કોઇ જાતનો રોગ કપડાં પહેરનારને તરતજ થાય છે. દાખલા તરીકે સંધીવા સાથેનો તાવ (રૂમેટીકફીવર) અથવા ફેફસાનો સોઝો, અથવા આંતરડાનો સોઝો. મનુષ્ય શરીરમાં જ્ઞાનતંતુઓનો એક સમૂહ એટલા માટે મૂકવામાં આવ્યો છે કે, જે શરીરની કુદરતી ગરમી જોઇતા પ્રમાણમાં ઓછી વધારે કરી શકે. પરંતુ આપણે જો હમેશાં ખૂબ કપડાં પહેરી રાખીએ તો શરીરની ચામડી સદા એકજ સરખા ગરમાવાવાળી રહે, અને તેથી શરીરનો ગરમાવો જરૂર પ્રમાણે ઓછો વધારે કરનાર જ્ઞાનતંતુઓને કંઇ કામ ન મળવાથી તે આળસુ અને અશક્ત બની જાય છે. પરિણામ એ થાય છે કે, રૂતુના ફેરફારો સામે ટકી રહેવાને આપણે કદી તૈયાર હોતા નથી, અને તેથી જો આપણે જરા બહાર જઇએ ને વરસાદથી પલળીએ, અગર તો શિયાળાની ઠંડી આપણા શરીરને લાગે તો તેથી આપણી તબીયત તરત જ બગડે છે. કેટલાક લોકો એવું ધારે છે કે, લુગડાં સભ્યતાની ખાતર પહેરવામાં આવે છે. હિંદુસ્તાન અને બીજા ગરમ દેશોમાં દેશી લોકો જોકે માત્ર એક ધોતીયું જ પહેરે છે અને જરૂર પડે તો એક ઓઢે છે, તોપણ તેથી તેઓ અસભ્ય છે એમ કહી શકાય નહીં. બ્રહ્મદેશમાં સારા કુટુંબની સ્ત્રીઓ માત્ર એકાદ કપડું પહેરે છે, પરંતુ ખરાબ ચાલની સ્ત્રીઓ હમેશાં ખૂબ કપડાં પહેરતી જોવામાં આવે છે. સભ્યતા શાને કહેવી. તેનો આધાર રૂઢી ઉપરજ રહેલો છે. દાખલા તરીકે વિલાયતમાં જાહેર નાચ (બૉલ) વખતે પોતાની છાતી છેક જ ઉઘાડી રાખીને સ્ત્રીઓ આવે છે તોપણ તે બિલકુલ અસભ્ય ગણાતું નથી. પરંતુ જો તેના પગની ઘુંટણ જરા ઉઘાડી દેખાય તો તે નિર્લજતાની નિશાની ગણાય છે. શરીરનું હલનવલન છુટથી થવામાં અડચણ કરે તેવાં સર્વ કપડાંને ધિક્કારી કાઢવાં જોઇએ. મતલબ કે, તંગ બેસતી દરેક ચીજ જેવી કે, તંગ કૉલરો, પાયજામા, જોડા, ગારટર, વિગેરે અને સ્ત્રીઓને પણ બહુ તંગ બેસતી કાંચળી, બુટ, ગારટર્સ, કૉરસેટસ, સ્ટેઝ વિગેરે તંદુરસ્તીનો વિચાર કરતા નુકશાનકારક છે. મને જો નાકે વાળી અથવા શરીરે તંગ પટા એ બેમાંથી એક પહેરવાની ફરજ પાડવામાં આવે તો, મારા શરીરની તંદુરસ્તીનો વિચાર કરીને હું તો, નાકે પહેરવાની વાળીજ પસંદ કરૂં. જેઓ તંગ પટા પહેરે છે તેઓની પીઠ અને શરીરના સ્નાયુઓ ઘણા જ નબળા થઇ જાય છે, અને ગરમ રૂતુમાં તેમને ઘણી જ બેચેની જણાય છે. જ્યારે આવા પટાથી શરીરને તંગ રાખવામાં આવે છે ત્યારે, ફેફસાંને ફુલવાની બરાબર જગા મળતી નથી, હૃદયને થોડી જ જગામાં સંકોચાઇ જવું પડે છે, હોજરી અને આંતરડાં દબાઇ જાય છે, તથા સ્ત્રીઓનાં ગર્ભાશય પોતાની કુદરતી જગાએથી ખસી જાય છે. તાણીને ઘાઘરો પહેરવાથી, અગર તો તંગ પટા બાંધીને પાતળી નાજુક કમર દેખાડવાનો પ્રયત્ન કરવાથી જીવનબળ ઓછું થઇ જાય છે, હાથ પગ ઠંડા રહે છે, નાક રાતું દેખાય છે, મોઢા ઉપર ખીલ અને

ચાઠાં પડે છે, પાચનશકિત બગડે છે, ગર્ભાશયના અનેક વ્યાધિઓ થાય છે, બાળક ઉત્પન્ન કરવાને અને તેને ધવરાવવાને નાલાયક થાય છે, અને છેવટે ઘણાને ક્ષયરોગ થઇ મરણને શરણ થવું પડે છે.

મતલબ.

આ ઉપરથી સાર એટલો જ ખેંચવાનો છે કે, કુદરતી તત્વોની સામે સહેજસાજ રક્ષણ કરવાની ખાતર અને યોગ્ય સભ્યતાની ખાતર જ કપડાં પહેરવાં જોઇએ. ઋતુ બદલાવાની સાથે પોષાક પણ બદલાવો જોઇએ, અને તે હલકાં અને ઢીલાં જોઇએ. તથાં શરીરના કોઇ પણ ભાગને બહુ તંગ કરે તેવાં હોવાં ન જોઇએ. ઉનાળા કરતાં શિયાળામા કપડાં વધારે ગરમ જોઇએ'; તોપણ કોઇ પણ પ્રસંગે કપડાં બહુ ભારે વજન વાળાં હોવાં જોઇએ નહિ. ફ્લેનલ વિગેરેનાં કપડાંની કંઇ ખાસ જરૂર નથી. કારણ કે, તેવાં કપડાં શરીર ઉપર છેક અંદર પહેરવાથી ચામડી સાથે ઘસાઇને ત્યાં ક્ષોભ ઉત્પન્ન કરે છે, અને જોઇએ તે કરતાં ત્યાં વધારે ગરમાવો રાખે છે. લોકો એવું ધારતા જણાય છે કે, જો પગથી માથા સુધી ફ્લેનલનો પોશાક પહેર્યો હોય તો તેમને ટાઢ વાવાનો કે શરદી થવાનો બિલકુલ સંભવ ન રહે. આ એક મ્હોટી ભૂલ છે.

ઉનના ગરમ રૂમાલો, છાતીને ગરમ રાખનાર કપડાં, ગરમ કાનટોપીઓ, રાતે પહેરવાની ગળેસુધીની ટોપીઓ (મંકીકેપ્સ–માંકડાટોપી) વિગેરે શરીરનું રક્ષણ કરવાને બદલે તેતે ભાગને નબળા બનાવી નુકશાન કરે છે. જ્યારે મુસાફરી કરતા હોઇએ, અગર બેઠા હોઇએ, કે ઉભા રહેવાનું હોય અગર વરસાદમાં ચાલવાનું હોય ત્યારે જ ઓવરકોટ પહેરવો ઠીક છે. પરંતુ અમથું ચાલવાનું હોય ત્યારે તે ઉપયોગી નથી; કારણ કે, તે ચાલવામાં હરકત કરે છે અને તેથી આપણે વહેલા થાકી જઇએ છીએ. મારી સલાહ એવી છે કે જ્યારે બહુ ઠંડી લાગે ત્યારે કસરત કરીને તમારા શરીરમાં ગરમાવો લાવો, પરંતુ ઉપરાઉપરી ખૂબ કપડાં પહેરવાની અથવા તો દેવતા આગળ તાપવા બેસવાની ભૂલ કરશો નહિ. દરરોજ સવારે પથારીમાંથી ઉઠીને તરતજ પહેરેલાં કપડા કાઢી નાંખી, ઠંડા પાણીથી તમારૂં મુખ ને હાથ બરાબર ધોઈ, આખું શરીર ઠંડા પાણીથી સાફ કરી ખૂબ મસળજો અને પછી કોરા રૂમાલથી ઘસીને કોરૂં કરજો જો આ પ્રમાણે તમે વાયુસ્નાન અને ઠંડા જળનો ઉપયોગ કરશો તો ટાઢ અને શરદી તમને કદી હેરાન કરી શકશે નહી.

બહુ વજનવાળાં કપડાં પહેરવાથી ચાલતાં થાક લાગે છે અને શરીર બળ નિરર્થક ખર્ચાઈ જાય છે. ટાઢ વાય તેથી કંઈ હમેશાં શરદી થતી નથી; પરંતુ કૃત્રીમ રીતે શરીરને ગરમ રાખવાથી શરીર અશક્ત બની જાય છે.

ડાકટર એ લીનસનના કહેવા પ્રમાણે ઘણાં કપડાં પહેરનારનાં શરીર અત્યંત નબલાં થઇ જાય છે, એમાં જરાપણ શક નથી. શિયાળાની સખ્ત ટાઢમાં એક ગરીબનું છોકરૂં શરીર ઉપર એકાદ કપડું પહેરી તે ટાઢ સાંમે પોતાના શરીરનું રક્ષણ કરે છે પણ શ્રીમંત માણસો તે શરીર ઉપર બંધ કપડાં પહેર્યા છતાં પણ અત્યંત ટાઢવાવાની ફરીયાદ કરી ઓરડાનાં બારી બારણાં બંધ રાખી સઘડીમાં દેવતા કરી પહોર દોઢ પહોર દિવસ સુધી [illegible] કરે છે, ત્યારે ગરીબ ગરબાં ખુલ્લી જગામાં પણ પોતાને કામે લાગેલાં હોય છે.

જે લેાકોને શરીરપર પહેરવાને પુરાં કપડાં મળતાં નથી અગર જેમને મળે છે છતાં પણ શરીરપર ધારણ કરતા નથી, તેમના તરફ નજર કરશેા તેા તેમનાં શરીર પુષ્ટ છતાં બળવાન હેાય છે-એટલુંજ નહી પણ તેમના રક્તમાં લાલ રજકણેા ઘણાં હેાય છે. અને અત્યંત કપડાં પહેરનારનાં શરીરની ચામડી જો કે ગૈાર વર્ણની દેખાય છે, છતાં તેમના લેાહીમાં લાલ રજકણેા કમી થઇ જવાથી તેમનું શરીર ફીકું દેખાય છે. આપણા દેશના સંખ્યાબંધ સાધુઓ ફક્ત લંગેાટીજ પહેરે છે, અગર વધારેમાં વધારે ખુલતી કફની પહેરે છે, છતાં તેમનાં શરીર રૂષ્ટ પુષ્ટ અને અત્યંત બળવાન હેાય છે. એટલું જ નહિ પણ શિયાળાની ટાઢ, ઉનાળાનેા તાપ, અને ચેામાસાનેા વરસાદ તેમના શરીરને શરદી કે ગરમી કરી શકતેા નથી. તેમ તેમના ઉપર રેાગેાના પણ હુમલા થતા નથી. સન્યાસી લેાકો બ્રહ્મચારી લેાકો અને બીજા ઘણા બ્રાહ્મણેા જેઓને સુધારાનેા પવન લાગેલેા હેાતેા નથી તે ધેાતીયું પહેરે છે. શરીરે માત્ર અંગવસ્ત્ર ઓઢે છે. તેાપણ તેઓ શરીરે બળવાન હેાય છે. ખુલ્લા શરીરે ચેાખી હવા લાગવાથી અને સવારમાં સીતેાદકથી તળાવ નદી કે ઘેર તેઓ સ્નાન કરે છે તેથીજ તેઓ નિરેાગી રહે છે, અને દીર્ઘાયુષ્ય ભેાગવે છે. થેાડા વર્ષથી આપણા આર્યાવર્તમાં પરદેશી પેાષાકનું અનુકરણ થવા લાગ્યું છે, આપણાં અંગરખાં પેરણ અને બંડીયેા એટલાં સાદાં હતાં કે તેમને શીવડાવવાનું ખર્ચ કવચિતજ ચાર આના ઉપરાંત ન થતું. વળી તેમાં કપડાં સફેદ રંગનાં વપરાતાં અને તે માદરપાટ, જગન્નાથી, કે મલમલનાંજ બનાવતા. એ કપડાં તેઓ શરીરે ખુલતાં પહેરતા, જેમાંથી હવાની આવ જા અને સૂર્યનાં કિરણેા સફેદ રંગમાંથી આરપાર પસાર થતાં. હવે તેા તેને બદલે કેાટ, વેસ્ટકેાટ, જેકેટ, ખમીસ, કેાલર, ઇત્યાદિ અનેક જાતનાં ઈંગ્રેજી ફેશનનાં કપડાં કરાવવા લાગ્યા છે અને દરજીઓ પણ શીવાઇના એકએક કેાટના ડેાઢ બે કે અઢી રૂપૈયા લે છે-કપડાં પણ વગર જરૂરે ગરમજ પસંદ કરવામાં આવે છે. બીજા રંગનાં કપડાં કરતાં કાળા રંગનાં કપડાંને વધારે પસંદ કરવામાં આવે છે, કારણ તેમાં મેલ સમાય છે. આ પ્રમાણે ફેશનમાં કપડાંનું ખર્ચ અત્યંત દરેક ઘરમાં વધી પડ્યું છે-આવાં કપડાં પહેરવાથી કેટલી હાની છે તે આપણે ઉપર બતાવી ગયા છીએ. કાળા રંગનાં કપડાં સૂર્યના કીરણેાને ચામડી ઉપર જતાં અટકાવે છે અને તેથી શરીરને અત્યંત હાની છે. વધારે કપડાં પહેરવાથી ઉન્હાળા જેવી રૂતુમા અત્યંત પરસેવેા થાય છે, અને તેથી તે કપડાં ભીંજી જાય છે. છતાં તે કપડું પહેરેલું રહેવાથી પસીનાનાં છિદ્રો શરીરના અને કપડાના મેલથી પુરાઇ જાય છે અને લેાહીમાંના ખરાબ તત્વેા બહાર નિકલી શકતાં નથી. એટલુ જ નહિ પણ આવાં કપડાં પહેરનારના શરીર ઉપર ઉન્હાળામાં અળાઇયેાના થરના થર નિકલી આવે છે. અને તેમાંથી તાપેાડીયાં અને ગુમડાં-લેાહીમાં વિજાતીય તત્વેાનેા સંચય થવાથી થાય છે. વળી એવાં ગરમ કપડાંને વારંવાર ધેાવા અપાતાં નથી અને તેવાં પરસેવા વાળાંજ ફરી પહેરવામાં આવે છે, તેથી અત્યંત હાની થાય છે. સફેદ કપડાંને દરરેાજ અગર ચાર પાંચ કે આઠ દિવસે ધેાવા આપી શકાય છે, અગર હાથે પણ સાબુ ઘાલી સાફ કરી ધેાઇ લેવાય છે-તેથી તેમાં પરસેવેા મેલ કે જંતુ એમાંનું કંઇ હેાતું નથી. કેટલાક ડાક્ટર સાહેબેા દરદીને ફ્લાનલનું કપડુ રાત દિવસ પહેરી રાખવાની ભલામણ કરે છે કે જેથી અંગમાં ગરમી સચવાઇ રહે; પણ તેમ કરવાથી કેટલી હાની છે તે ઉપરના લેખથી સમજાયા વિના રહેશે નહી.

ક્રોમોપથી સાયન્સ (રંગથી રોગ મટાડવાની વિદ્યા)થી નક્કી કરી ચુકયું છે કે, જાતજાતના રંગોમાં જુદા જુદા ગુણો રહેલા છે. સૂર્યના તડકાથી કીંવા વિજળીની રોશનીથી કાચદ્વારાએ શરીર ઉપર રંગવાળા કાચોથી કિરણો પાડવામાં આવ્યેથી જુદી જુદી જાતના રોગો મટે છે. એટલે વગર વિચાર્યે બધી મોસમમાં એકજ રંગનું કપડું પહેરી રાખવાથી તે કપડાં દ્વારાએ શરીરની ચામડી ઉપર સૂર્યનાં કિરણો પસાર થાય છે તેથી ઓછી કે વધારે હાની થયા વિના રહેતી નથી. એટલે બીજા રંગનાં કપડાં બારે માસ ધારણ કરવા કરતાં સફેદ રંગનાં કપડાં વધારે ઉપયોગી છે. સ્વેત રંગમાં સાત્વિક, રાતા રંગમાં રાજસ અને કાળામાં તામસ ગુણો રહેલા છે.

ખરો આનંદ અથવા સુખ શરીર ઉપર ઘણાં ગરમ, અને સંખ્યાબંધ કપડાં પહેરવામાં જરાપણ નથી. દિવસ કિંવા રાત્રિની વખતે જ્યારે અવકાશ મળે ત્યારે ખુલ્લા શરીર ઉપર (એરબાથ) ચોખી હવાને લાગવા દેવાથી અનેક જાતના રોગો મટે છે ને શરીરને અપૂર્વ આનંદ લાગે છે.

(અપૂર્ણ.)

रोग मटाडवामां विजळीनो उपयोग.

(લેખક તંત્રી.)

ચાલુ જમાનામાં દરેક વિદ્યા આગળ વધતી જાય છે, અને નવી નવી શોધો થતી જાય છે. આ તકનો લાભ લેઇ કેટલાક લોકોને જાતજાતની જાહેરાતો કાઢી લોકો પાસેથી-પૈસા કઢાવવાનો પણ સારો લાગ મળ્યો છે. જાહેરાતમાં લાંબુ પહોળું વર્ણન કરેલી વસ્તુઓમાં કેટલું સત્ય રહેલું હોય છે તે આવી વસ્તુઓ મંગાવી વાપરનારને-અનુભવમાં આવ્યા સિવાય રહ્યું નહી જ હોય.

હાલમાં વિજળીનો શોધ આગળ વધતો જાય છે. અને મનુષ્ય જાતની કલ્પનામાં પણ ન આવી શકે તેવાં અદ્‌ભુત કાર્યો વિજળીક બળથી થાય છે. કેટલી કંપનીયો તરફથી વિજળીક વીંટીયો[1] વિજળીક પટા વીજળીક માદળીયાં, વિજળીક બેટરી, ઇત્યાદિની અતિશયોક્તિવાલી જાહેરાતો પ્રસિદ્ધ થાય છે અમારા કેટલાક ગ્રાહકો અમને લખી મોકલે છે કે આવી વીજળીક વસ્તુઓ વાપરવાથી દર્દીઓનાં દર્દો મટે છે કે નહી એ બાબતમાં આપનો શો શો અભિપ્રાય છે, તેથી અમોએ આ લેખ લખેલો છે.

રોગ મટાડવામાં વિજળીની ઉપયોગીતા વિષે ઘણીજ અતિશયોક્તિ હાલમાં કરવામાં આવે છે. હાલના વખતમાં લગભગ દરેક ચીજ વિજળીક બનાવવામાં આવે છે. જેમકે વિજળીક મોજાં, વિજળીક હેરબ્રસ આવી આવી અનેક વસ્તુઓ શરીરને કંઇ પણ લાભ આપી શકે નહીં, તેનું એક સબળ કારણ એ છે કે મનુષ્ય શરીર ઉપર સારી કે નરસી અસર કરી શકે તેટલો મહોટો વિદ્યુત પ્રવાહ આવા વિજળીક પટા વિગરેમાંથી નિકળતો

૧. ઘર કામમાં થતો વિજળીનો ઉપયોગ એ સંબંધી આ માસિકના બીજા વર્ષના અંક ૭ ના પૃષ્ટ ૧૭૬ ઉપરનો લેખ જુવો.

હેાય તેવું વિદ્વાનેાના અનુભવમાં આવ્યું નથી, આ ઉપરથી એ સ્પષ્ટ થાય છે કે વિજળીક પટા વિગેરેથી રેાગ મટાડવાની પદ્ધતિ એ એક ઢેાંગ અને પૈસેા કમાવાની યુક્તિ છે. પરંતુ પેટંટ દવાએા વિગરે બીજા ઢેાંગ કરતાં–એટલું તેા સારૂં છે કે આ વિજળીક પટા વિગેરેથી પૈસા વગર બીજું કંઇ શારીરિક નુકશાન તેના વાપરનારને થતું નથી. ઘણા રેાગેા તેા વચ્ચે કંઇ અડચણ નાખવામાં ન આવે તેા મેાડા વહેલા પેાતાની મેળેજ મટી જાય છે અને વળી બીજા કેટલાક રેાગેાની તેા અમુક મુદતજ બાંધેલી હેાય છે કે જે મુદત પુરી થયે તે જરૂર મટી ગયા વગર રહેતા નથી. અને આવા બન્ને જાતના રેાગેામાંજ વિજળી ફાયદેા કરે છે એવું અજ્ઞાન લેાકેા માને છે; પરંતુ જ્યારે આપણે રેાગમાં આવા વિજળીના ઉપાયેાની પરીક્ષા અને બારીક તપાસ કરીએ છીએ ત્યારે આપણને માલુમ પડયા વગર રહેતું નથી કે આવા વિજળીક પટા વિગેરેના ઉપયેાગથી શારીરિક કંઇપણ લાભ કે હાની થતી નથી. એટલે કે તેમના ઉપયેાગથી રેાગ મટાડવામાં પણ મદદ મળતી નથી. તેમજ તેનાથી રેાગ મટતેા અટકતેા પણ નથી. જો આવા પટાના ઉપયેાગથી કંઇ બીજો એર લાભ હેાય તેા તે એ છે કે દર્દીના પૈસા પાણીમાં જાય છે અને તેની સાથે બીજા અકસીર ઉપાયેા કરવાનેા વખત નકામેા વહી જાય છે.

એક વિજળીનેા મ્હેાટેા પ્રવાહ એકી વખતે શરીરમાં દાખલ કરવાથી ઘણેાજ મ્હેાટેા આંચકેા લાગે છે અને તેથી એક ક્ષણવારમાં માણસનું મૃત્યુ નિપજે છે. આ વાતની કેાઇ ના પાડી શકે તેમ નથી. પરંતુ આ ઉપરથી વિજળીનેા નાનેા જથેા શરીરને ફાયદેા કરી શકે એ વાત સાબિત થતી નથી. વિજળીક પટા અને એવાજ બીજા સાધનેાની લાંબી પહેાળી જાહેર ખબરેા ઘણીવાર આપણા વાંચવામાં આવે છે જેમાં દુનીયાં ઉપરના લગભગ સર્વ રેાગેા એટલે કે સંધીવાથી માંડીને તે ઠેઠ વિદ્રધી અથવા પાઠા સુધીના સર્વ રેાગેા મટાડવાની બડાશેા મારેલી હેાય છે. પરંતુ આવી જાહેર ખબરેા જીવનતત્વ અને શારીરશાસ્ત્ર વિષેનું ગાઢ અજ્ઞાન જ બતાવી આપે છે. અને લેાકેાના આવા અજ્ઞાનનેા જ લાભ લેઇને આવા જાહેર ખબરીયાએા પેાતાનેા છેતરપીંડીનેા ધંધેા ચલાવ્યા કરે છે.

ડૉ. એલીસન એલ. આર. સી. પી. એક સ્થળે લખે છે કે કેટલાક વર્ષ ઉપર લેાહચુંબકેા અથવા તેા પરકીન નામના માણસે બનાવેલાં ચુંબક યંત્રેાથી ઘણી અદ્દભુત રીતે રેાગેા મટવાની વાત જાહેર થઈ હતી અને તેથી આવી ચીજો ખરીદવાનુ ગાંડપણ લેાકેામાં બહુ જ ફેલાયું હતું; પરંતુ આવું ધતીંગ ઉઘાડું પાડવાની એક વિચિત્ર યુક્તિ, એક બીજા માણસે વાપરી હતી. તેણે પેાલાદના લેાહચુંબકને બદલે કઠણ લાકડાના કકડાને લેાહચુંબકના આકારનેા બનાવી બરાબર લેાહચુંમક જેવેા તેના ઉપર રંગ લગાડી તેને વેચવા માંડયા અને આવાં ખેાટાં લાકડાનાં લેાહચુંબકથી પણ ખરાં લેાહચુંબક કેટલાજ દરદીએા સારા થયાનાં સર્ટીફીકેટ તેની પાસે આવવા લાગ્યાં. આ વાત બન્યા પછી તેણે જ્યારે જાહેર કર્યું કે પેાતાના લેાહચુંબકેા તેા માત્ર લાકડાનાંજ બનેલાં છે ત્યારે લેાકેાની ખાત્રી થઇ કે ખરાં લેાહચુંબક અને બનાવટી લાકડાના કકડાની શરીર ઉપર એક સરખીજ અસર થાય છે, અથવા તેા કંઇજ અસર થતીઃનથી. જો દરદીએાને આના ઉપયેાગથી કંઇ પણલાભ ખરેખર થતેાજ હેાય તેા તે માત્ર શ્રદ્ધાથીજ થતેા

હોવો જોઇએ એમ અમારૂં માનવું છે. વળી ઘણા રેાગ તેા આળસુ મનને કાંઇ ઉપયોગી કામમાં ગુંથઈ રહેવાનું નહીં મળવાથી થાય છે. આવા આળસુ લેાકેા પેાતાને તરેહ તરેહના વ્યાધિઓ થાય છે એવા ખેાટા ખ્યાલ ધરાવે છે અને તેથી આવા વિજળીક પટા વિગેરે ખરીદવાને લલચાય છે અને પછી તે શરીર પર પહેરીને તથા તે સાથે આવેલાં મ્હેાટાં મ્હેાટાં સરટીફીકેટેા વાંચીને તેમની શ્રદ્ધા બેશી જાય છે કે તેનાથી પેાતાને લાભજ થશે. આ રીતે તેઓનામાં ફરીથી આશા અને ઉત્સાહ આવવાથી અને મગજને આરેાગ્ય અને તંદુરસ્તીના વિચારેા કરવાનેા લાગ મળવાથી રેાગેાનાં તરેહવાર ચિન્હેાનું તેમને વિસ્મરણ થવાથી અદ્ભુત રીતે સાજા થનારા દર્દીઓમાં પેાતાની સંખ્યાનેા વધારેા કરે છે. વિજળીના અનેક જાતના પટા વીગેરે સાધનેા એ છેતરપંડીનીજ ચીજો છે અને જો તેમાં કંઇ વિજળી હાેય તેા તે તેમના નામમાંજ રહેલી હાેય છે. ડાેક્ટર એલીસન એલ આર સી. પી. કહે છે કે, મેં જાતે આવી વિજળીની ઘણી ચીજો બરાબર તપાસી જોઇ છે અને તેથી આવા સાદા ઢોંગથી લેાકેા મેાહેાટી સંખ્યામાં કેમ છેતરાતા હશે તે વિચારતાં મને ઘણેા અચંબેા લાગ્યેા. જો તમારે પણ આ ધંધામાં પડવું હાેય તેા કંઇ તેના માટે બહુ અભ્યાસ કરવાની જરૂર નથી; માત્ર કેટલાક તાંબા અને જસતના કકડાને વારા ફરતી ઉપરા ઉપરી જોડી દેઇને તેનેા એક પટેા કે એવીજ કાેઇ ચીજ બનાવી તેને બહારથી સુશેાભિત આકાર આપી તેનું પેટંટ લેઇ પછી દુનીયાને જાહેર કરેા કે જીંદગી લંબાવવાની અને સર્વ રેાગેા મટાડવાની તેમ એક મહાન્ યુક્તિ શેાધી કાઢી છે. અને પછી જાહેર ખબરની કળામાં જો તમે કુશળ નીવડશેા તેા તમારે ત્યાં પૈસાની રેલમ છેલ થઇ રહેશે. આવા પટાઓમાંથી કદાચ વિદ્યુતનેા અતિસૂક્ષ્મ પ્રવાહ વહેતેા હશે; પરંતુ તેથી શરીરની તંદુરસ્તિ સુધરે છે. એવું હજુ સુધી સાબિત થયું નથી. બીજા કેટલાક માણસેા વળી વિજળીક કાેઇલ અથવા બેટરીમાંથી વિજળીનેા આંચકેા લે છે, અને તેમ કરવાથી તેમના હાથમાં ઝાટકેા લાગી જરા દરદ જેવું જણાય છે, તેથી તેઓ એવું અનુમાન કરે છે કે તે વિજળીક પ્રવાહથી શરીરને લાભ થતેા હશે. અને તેથી કેટલાક લેાકેા તેા આવા વિજળીક આંચકા (શૉક) નિયમિત રીતે દરરેાજ મહીના ને મહીના સુધી લીધા કરે છે અને આખરે મેાડા વહેલા તેઓ સાજા થાય છે. અને તેનું વધુ માન તેઓ વિજળીના ઉપયેાગને આપે છે.

વિજળીથી થતા ખરા લાભ.

શરીરના કેટલાક ભાગમાં લકવાનું દરદ (પેરાલીસીસ) અથવા તેા પક્ષાઘાત થયેા હાેય તેવા દરદીને તેમ જ અપસ્માર–ફેફરૂં–વાઇ વિગેરેથી બેભાન થએલા દર્દીને જાગ્રત કરવામાં વિજળીનેા ઉપયેાગ લાભકારક નીવડે છે. પક્ષાઘાત વિગરે દર્દોમાં શરીરના અમુક સ્નાયુઓને ગતિ આપનાર જ્ઞાનતંતુઓ ચેતન રહિત બની ગયા હાેય છે, તે પ્રસંગે જો નિયમિત રીતે દરરેાજ વિજળી લગાડવામાં આવે તેા સ્નાયુઓ તરતજ સંકેાચાય છે. અને તેથી તે ચેતન રહિત બનેલા સ્નાયુઓને અને જ્ઞાનતંતુઓમાં થેાડી જાગૃતી આવતી રહે છે. તેજ પ્રમાણે જે દરદીઓના શરીરના સ્નાયુઓ જ્ઞાનતંતુઓના બળની ખોટને લીધે સુકાઇ કે તવાઇ જતા હાેય તેના કેસમાં પણ વિજળીના ઉપયેાગથી લાભ થાય છે.

'પરંતુ વિજળીના ઉપયોગની સાથે જ આરોગ્ય શાસ્ત્રનો અને ખાન પાનના બીજા નિયમો પણ અવશ્ય પાળવા જોઇએ, તો જ શરીર ધીરે ધીરે સુધરતું જશે, અને તંદુરસ્તી ઠેકાણા પર આવી જતાં રોગી અને નિર્બળ થઇ ગએલા અવયવોનો પણ શરીર બરાબર ઉપયોગ કરવા લાગશે. રોગ મટાડવામાં વિજળીનો વ્યહવારૂ ઉપયોગ અમને તો માત્ર આટલો જ જણાય છે અંતમાં અમારા વાંચકોને અમે ફરીથી ચેતવણી આપીએ છીએ કે–વિજળીક પટા વિગરેની લલચાવનારી જાહેરાતોથી હમેશાં સાવધાન ને દૂર રહેવું. કારણ કે તેવી ચીજો- રોગની ચિંતામાંથી તમને બચાવવાને બદલે માત્ર તમારૂં ધન સાચવવાની ચિંતામાંથી તમને બચાવે છે. કેમકે આવા ઢોંગથી છેતરાઇને ઘણા પૈસા અને અમુલ્ય વખત ગુમાવી બેઠેલા ઘણા માણસો અમારા જાણવામાં આવ્યા છે.



प्रकीर्ण वैदकिय विचार संग्रह.



(સંગ્રાહકઃ ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ ઈ. એમ. ઇ. એન. ડી)



માણસની જીંદગીમાં આદત બહુ અગત્યનો ભાગ ભજવે છે.

અફીણનું ઝેર કાફીથી ઉતરે છે.

અવાજ ઠંડી હવામાં ૧૦૯૦ ફીટની ઝડપે દર પળે મુસાફરી કરે છે.

ખાલી હોજરીમાં બરફ આઇસ્ક્રીમ જેવા ઠંડા પદાર્થો પડવાથી પાચનશક્તિ બગડે છે.

રોગી માણસને જોવા જવું હોય તે વેળા ભુખ્યા પેટે જવું નહિ.

જેમ બને તેમ આમલીનો ઓછો વપરાસ હોય તેમ સારૂં.

જો એક માણસને બિલકુલ ઉંઘવા દેવામાં ન આવે તો આશરે ઓગણીસ દિવસે તે મરણ પામે.

જ્યાં તડકો દાખલ થતો નથી ત્યાં દુઃખ દાખલ થાય છે.

ઓઝોન ગૅસ ઑક્સીજન વાયુ કરતાં પણ વધારે ગુણકારી છે. ઓઝોનમાં વાસ તેમજ સ્વાદ રહે છે.

માંજરી કે બ્લુ રંગની આંખો કરતાં કાળા રંગની આંખો તડકો કે સખ્ત પ્રકાશ વધારે જોઇ શકે છે.

છેક નાનાં બચ્ચાંની આંખમાં આંસુ આવતાં નથી.

સફેદ કપડું બહારની ગરમીને દૂર રાખે છે, અને કાળું કપડું બહારની ગરમીને અંદર ખેંચે છે.

કસરત નહિ કરવાથી હૃદયથી આજુબાજુ ચરબી બંધાય છે, જેથી શરીર નબળું પડી, જીંદગી ટુંકી થાય છે.

જેના શરીરનું વજન લગભગ દોઢસો રતલ હોય તેણે તંદુરસ્ત રહેવા માટે દરરોજ આઠ મૈલ ચાલવાની કસરત લેવી જોઇયે.

થાક લાગવા માંડે કે કસરત બંધ કરવી. પરંતુ ધીરે ધીરે દરરોજ તેનું પ્રમાણ વધારતા જવું.

એન્ડીફ્રીન, કારબોલીક એસીડ, ખાંડ, ઉત્તમ જાતના તરેહવાર રંગ, અને સુગંધી દાર અત્તરો વિગેરે ઘણી ચીજો કોલસામાંથી બને છે.

દુનિયાંમાં લશ્કરી સિપાંઇઓ લડાઇમાં જેટલાનો જીવ લે છે તેના કરતાં હુંશીયાર રસોઇયા, ભજીયાં વેચનારા, અને મીઠાંઇઓ વાળા વધારે માણસોના મોતનું કારણ થાય છે.

કુતરાં અને બીજાં માંસાહારી પ્રાણીઓને ચામડી મારફત પસીનો-પ્રસ્વેદ બિલકુલ નીકળતો નથી.

ઈંગ્લંડ અને જર્મનીમાં તપાસ ચલાવતાં માલૂમ પડયું છે કે સાધારણ રીતે પત્નિની ઉંમર પતિના જેટલીજ કે વધારે હોય તો તેમને ઘેર છોકરીઓ વધારે જન્મે છે; પરંતુ જો પતિની ઉમ્મર સ્ત્રી કરતાં વધારે હોય તો પુત્રની સંખ્યા વધારે જન્મે છે.

લકવાના દરદીઓને તેમજ જેમને માથે લોહી ચઢવાનું દરદ હોય તેમને જાયફળ ખવરાવવું નહિ.

આંચળવાળાં પ્રાણીનું શરીર જેટલા વખતમાં પુખ્ત રીતે બંધાઇ રહે છે તેટલા વખતથી પાંચગણી તેમના આયુષની મર્યાદા સાધારણ રીતે ગણી શકાય છે.

જુસ્સાઓ અને લાગણીઓ ઉપર જીંદગીનાં સુખ દુઃખનો ઘણો આધાર છે.

લાલ, વાદળી, અને લીલારંગનાં કપડાં છેક અંદર પહેરવાથી ઝેર ચઢયાના દાખલા બને છે, કારણ કે પરદેશી બનાવટી ' એનીલાઇન " Aniline રંગો ઓગળીને ચામડીમાં ઉતરી ઝેરી અસર કરે છે એમ જાહેર થયું છે.

સાધારણ રીતે પાણીમાં બરાબર ડુબી ગયેલા માણસનું ચારથી પાંચ મિનિટમાં મરણ નિપજે છે.

અતિ ઘણા તમાકુના ઉપયોગથી આંખને અંધાપો લાગુ પડવાના ઘણા દાખલાઓ બનેલા છે.

દરરોજ એક તંદુરસ્ત માણસના શરીરમાંથી ૭ રતલ પાણી ઓછું થાય છે. એ ૭ રતલમાંથી એક રતલ પાણી ઓછું થાય ત્યારે માણસને પાણી પીવાની ઇચ્છા થાય છે.

ઘણું કવીનાઇન લીધાથી બરોળ મોટી થાય છે, અને કાન બહેરા થાય છે તથા પુરૂપ ત્વકમી થાય છે.

થુંકમાં ખટાશ ઉમેરાય તો તેથી ખોરાક પાચન થવાના કામમાં હરકત પડે છે, અને કેટલીકવાર બિલકુલ પાચન થતો નથી.

દુઃખ અથવા ધાસ્તીને લીધે થુંક મ્હોંમાં બહુજ થોડું આવે છે. અસલના લોકો ચોરી પકડવા માટે બધાને ચોખા ચવરાવતા. બીજા લોકોના મ્હોંમાંથી ચાવેલા ચોખા ભીના નિકળતા; પરંતુ પકડાવાની બ્હીક વાળા ચોરના મ્હોંમાંથી ચોખા કોરા નિકળતા.

તમારૂં મ્હોઢું બંધ રાખો, અને તેમ કરી તમારૂં આયુષ્ય લંબાવો

એતો ખરૂં છે કે જેઓને આપણે ઉઘાડાં મોઢાંવાળાં જોઇયે છીયે તેઓમાંનો મોટો ભાગ બોથડ અને મોટ હોય છે.

મ્હોઢું કાંઇ દમ લેવા માટે બનાવ્યું નથી.

સત્તાવાર રીતે જણાયલું છે કે એક સુથારની દાઢી નવ ફીટ લાંબી હતી.

બાળકોને દુધીયા દાંત કુલ વીસ હોય છે, તે પડી ગયા પછી પુખ્ત ઉમ્મરે માણસને બત્રીસ દાંત આવે છે.

શહેરોમાં ઘણી જગાએ ભીંતોને શોભિતી કરવા લીલા રંગના કાગળો ચોટેલા હોય છે. પરંતુ ઘણીવાર આવા રંગમાં સોમલ ભળેલો હોય છે, આવી જાતના એક ચોરસ ફુટ કાગળ ઉપરથી ઓગણત્રીસ ગ્રેન સોમલ એકવખત મળી આવ્યો હતો.



एक छुपो शत्रु सोडावॉटर.



(લેખક ડાકટર મહાદેવપ્રસાદ ઈ. એમ. ઈ. એન. ડી.)

જમાનો બદલાઇ ગયો છે. અને ઇ. સ. ૧૭૬૧ ના ખુનખાર અને હિંદુ સામ્રાજ્યને ઉંધુ વાળી, દેશને દુઃખના દાવાનળમાં હમેશને માટે હડસેલી મેલનાર સદાકાળ મારેની શોકસ્મરણીય પાણીપતની લડાઇમાં અને તેવીજ બીજી કેટલીક લડાઇઓમાં એવું બન્યું હતું કે રાત્રિનો અંધાર પછેડો પૃથ્વીપર પથરાઇ ગયા પછી પણ યુદ્ધ બંધ નહિ પડતાં સામ સામેના યોદ્ધાઓ પુરજોસથી લડયા કરતા હતા. ક્રોધના આવેશને લીધે સ્મૃતિવિભ્રમ અને બુદ્ધિનાશ થએલો, અને તેમાં વળી ગાઢ રાત્રિના ઘોર અંધકારને લીધે છેક નજીકના માણસનું પણ મુખ દેખાતું નહિ છતાં પણ યોદ્ધાઓ વગર જોયે જે વચમાં આવ્યું તેને કાપી નાંખતા હતા, અને તેમાં ઘણીવાર શત્રુને ભુલથી આપ્ત મિત્ર, અને ખરા મિત્રને કટ્ટો દુશ્મન ગણી તે પ્રમાણે તેના તરફ વર્તવામાં આવતું હતું. આવા વર્તનનું પરિણામ કેવું ભયંકર આવ્યું તે આપણે જાણીયે છીએ. આવાજ પ્રકારનું જબરૂં યુદ્ધ વર્તમાન કાળમાં, જુના આચાર વિચાર અને પાશ્ચાત્ય દેશોમાંથી અનુકરણને લીધે આપણા આર્યાવર્તમાં દાખલ થવા માંડેલા કહેવાતા સુધારાના નવીન આચાર વિચારો વચ્ચે ચાલી રહ્યું છે. અમુક લાંબા કાળના શાસ્ત્ર સંમત આચાર વિચારો છોડી દેઇને પરદેશીઓના નવા આચાર વિચારો અને આહાર ગ્રહણ કરતા પહેલાં પુખ્ત અને ગંભીર વિચાર કોઇજ કરતા નથી. Too much familiarity breeds contempt "ઘણોજ ઘરોબો એ માન ખોવાનો માર્ગ છે," એવા ભાવાર્થની ઈંગ્રેજી કહેવતને ખરી પાડી, આપણા દેશી બંધુઓ પોતાના સાધારણ અને જુના થઇ પડેલા ઉત્તમ રિવાજોની ઉત્કૃષ્ટતા ઓળખી શકતા નથી, અને "સામે બાણે મ્હોટા લાડુ" લેખી તે લેવા માટે ખરો આસ ખોઇ બેસી ખાલી ધુમાડામાં બાચકા ભરે છે. આ પ્રસંગે ઇસપ નીતિની એક આવીજ

વાત યાદ આવેછે. એક કુતરો મોટો રોટલો પોતાના મ્હોંમાં ઘાલી જતો હતો તેવામાં તેણે પાણીમાં પોતાનો પડછાયો જોયો. તેને એમ લાગ્યું કે કોઇ બીજોજ કુતરો મોટો રોટલો લેઇ સામે ઉભો છે. તે પડાવી લેવાના લોભથી તેણે પેલા કલ્પિત કુતરાને કરડવા માટે મોઢું પહોળું કર્યું કે તરતજ પોતાનો ખરો રોટલો પણ પાણીમાં ખોઇ બેઠો. પરદેશી આચાર વિચાર અને ખાનપાનનું વગર વિચાર્યે ગાડરીયા પ્રવાહની પેઠે દેખાદેખીથી અનુકરણ કરનારાઓ પણ હાવીજ રીતે અતોભ્રષ્ટ અને તતોભ્રષ્ટ થાય છે. તેઓ નથી રહેતા ખરા હિંદુ કે નથી થઇ શકતા ખરા વિદેશી અને ત્રિશંકુની પેઠે અધવચમાંજ અટવાયા કરે છે.

જે કામને આપણે એક આવશ્યક ફરજ ગણતા નથી, તે કામ સારૂં હોવા છતાં પણ તે કરવાની આપણને બહુ કાળજી રહેતી નથી. માટેજ આપણા પૂર્વજોએ સ્ત્રી પુરૂષો માટે કેવા કેવા પ્રકારનું વર્તન લાભ કારક છે તેનો બહુજ ઊંડો અને દીર્ઘકાળ વિચાર કર્યા પછી જે બ્રાહ્મણ, ક્ષત્રી, અને વૈશ્ય વર્ણને માટે આન્હિક અથવા નિત્ય—નૈમિત્તિક અવશ્ય કરવા યોગ્ય કર્મોની બહુ કાળજી પૂર્વક તપસિલવાર નોંધ આપણાં ધર્મપુસ્તકોમાં કરી રાખી તે પ્રમાણે ચાલવાની દરેકની ધાર્મિક ફરજ છે એમ સ્પષ્ટ ઠરાવ્યું છે. પ્રાતરુત્થાન, શૌચસ્નાન, આસન, પ્રાણાયામ, ધ્યાન, ઇશ્વરોપાસના, આહાર, શુદ્ધિ. જપ અગ્નિહોત્ર, અને સંધ્યાવંદન આદિના દરેક દરેક નિયમ પાળવામાં માત્ર શારીરિકજ લાભ રહેલા છે એમ ટુંકી બુદ્ધિથી માની લેવાનું નથી. તે સિવાય માનસિક નૈતિક અને ધાર્મિક એવા અનેક લાભ હશે, પરંતુ તે સર્વનું જ્ઞાન માત્ર પૂર્વના જેવા મહાન રૂષિ મુનિયોજ જાણી શકે એમ અભિમાન મૂકી માનવાની જરૂર છે. જ્યારે તે નિયમો યથાવિધિ વર્ષોનાં વર્ષો સુધી પાળવામાં આવે ત્યારેજ તેના લાભ થોડા થોડા સમજી શકવાને માણસ શક્તિવાન થાય છે. પરંતુ તેવો આચાર પાળ્યા વગર આમ કરવાથી માત્ર આટલોજ લાભ થતો હશે," આમ કરનારને આમ થતું "હોવું જોઇયે" વિગેરે વિગેરે ખાલી ખ્યાલ કર્યા કરવાથી કાંઇ વળે નહિ. નાના બાળકને આંક શીખવવામાં આવે ત્યારે 'સોળ સવાયુ વીશ' શા માટે, અને સવા છવીસ કેમ નહિ, એવી એવી શંકાઓ જો તે કરે તો તે જેમ તેની ઉંમર અને અલ્પબુદ્ધિને અનધિકારી હોવાથી નિરર્થક છે, તેમ અમુક આચારો સંપૂર્ણ રીતે યથાવિધિ લાંબો વખત પોતેજ પાળી જોયા વગર તેના લાભાલાભ વિષે કરેલા તર્ક કાંઇજ વજનદાર ગણાય નહિ. તેજ પ્રમાણે આપણા દરેક આર્ય આચાર વિચારમાં જે જે માત્ર શારીરિકજ નહિ પણ બીજા ઘણા માનસિક, નૈતિક અને ધાર્મિક લાભ રહેલા છે, તે સર્વ લંબાણ વિવેચનથી આધ્યાત્મશાસ્ત્રમાં બાળકો જેવા મનુષ્યોને સમજાવવાની નિરર્થક પ્રવૃતિ કરવાને બદલે તે પ્રમાણે પ્રથમ તો સર્વેએ વર્તવુંજ જોઇયે એવી એક આવશ્યક ફરજજ આપણા રૂષિ પૂર્વજોએ સર્વના ઉપર ઓછા વધારે પ્રમાણમાં અધિકાર ભેદ પ્રમાણે નાંખીને તેનાથી વિરૂદ્ધ વર્તનને એક મહાન પાતક રૂપ પ્રસિદ્ધ કર્યું. તેથી તેમના મહાન ડહાપણ અને જ્ઞાનમાં શ્રદ્ધા વાળાં સ્ત્રી પુરૂષો કાંઇ પણ કુતર્કો કે શંકાઓ કર્યા વગર તે પ્રમાણે વર્તવા લાગ્યાં, અને દેશની સર્વ રીતે ઉન્નતિ થઇ; પરંતુ પરદેશીઓના સમાગમથી આપણાં શાસ્ત્રો ઉપરથી આપણી શ્રદ્ધા ઉડવા લાગી. ઇશ્વર, પરલોક, અને અધ્યાત્મ વિદ્યાને માત્ર ખસેલાઓના મગજની કલ્પના રૂપ આપણે માનવા લાગ્યા. અને શૌચ,

સ્નાન, સુતક, સંધ્યાવંદન અને આહાર વિહાર વિગેરેના આર્ય શાસ્ત્રોના નિયમોને આપણે મૂર્ખાઇ ભરેલા અને દેશની ઉન્નતિમાં અડચણ કરનારા માનવા લાગ્યા. અને અમુક રાજ્ય ખટપટો અને અંદર અંદરના કુસંપોને લીધે પરદેશીઓ સામ્રાજ્ય પદ મેળવવા ભાગ્ય શાળી થયા, માટે ધાર્મિક, નૈતિક અને સંસારિક વ્યવહારિક સર્વ બાબતોમા રાજ્ય કરતી પ્રજા આપણા કરતાં ચઢતીજ છે એમ માની લેવાની આપણે મોટી ભૂલ કરી. દાખલા તરીકે યુરોપના મીલ, સ્પેન્સર, હેકેલ, હુકસલી વિગેરે વિદ્વાનો ઇશ્વરને માનતા નથી, એમ જાણીને આપણા દેશના ઘણા લોકો નાસ્તિક થવા લાગ્યા અને થયે જાય છે. સાહેબ લોકો સર્વેનું ખાય છે, માટે આપણે પણ તેમ કરવાની જરૂર છે, એમ લોકો વગર વિચાર્યે માનવા લાગ્યા. સાહેબ લોકો સંધ્યા કરતા નથી, માટે આપણે પણ તે કરવામાં વખત ગુમાવવા નહિ; સાહેબ લોકો જમવા બેસતી વખત ન્હાઇને અબોટીયું પહેરતા નથી, તો આપણે શા માટે પહેરીને જુના વિચારના વહેમીમાં ખપવું; સાહેબ લોકો પોતાના ઠંડા દેશના રિવાજ પ્રમાણે બારે માસ ગરમ બરાબર સજ્જડ બંધ બેસતાં, અને ઘણુંખરૂં કાળાંજ રંગતાં કપડાં પહેરે છે, તો આપણે પણ અહિં (ગરમ દેશમાં) વારે વારે ધોવા પડે તેવાં ધોળાં, ઝીણાં, અને અંગરખાં ઉપવસ્ત્ર તથા ધોતીયાં જેવાં ખુલતાં કપડાં પહેરવાનું જંગલીપણું શા માટે કરવું; પોર્તિગાલાસોનો પોશાક ગણાય છે માટે પાટલુનનો પોશાક પહેરવો કે જેથી ટોપીવાળામા ખપાય. સાહેબ લોકો દરરોજ સવારે ચ્હા કૉફી પીએ છે તો આપણે પણ સવારે દુધ, પુરી, રોટલો કે કાંઇ બીજું ખાવાનો કે પીવાનો રિવાજ કાઢી નાંખી દુધ પાણી એકઠું કરી ચિનાઓના પીધેલાં પાંદડાનો ઉકાળો મેળવી "ચ્હા" પીવાની ચ્હાયના શા માટે ન રાખવી; દાક્તરોની દવા સાથે કરી પાળવાની હોતી નથી, માટે કરી પાળવાની કડાકૂટવાળી દેશી દવાઓ કરતા દાક્તરની દવા કેવી સારી; દરદીને દાક્તરો ઘણું ખરૂં પાણીને બદલે સોડાવૉટર પાવાનું વધારે પસંદ કરે છે, તો પછી ચોખ્ખા પાણીની ચોખ્ખાઇથી દરદીને નકામું નુકશાન કરવાને બદલે મેલા સોડાવૉટરના બૅલ વડે સહેલાથી સત્તર જબરા રોગને જીતવાનો ઉપાય કેમ ન કરવો ? આવા કુતર્કો અને વિપરિત વિચારોનાના વમળે ચઢી જઇ પોતાનું ઉચ્ચ આર્યતત્વ આપણાઓમાંના ઘણા ગુમાવવા લાગ્યા છે પરંતુ સબુર ! કહેવાતા સુધારાના શોખીનો તો ઉપરથી એક એકવાત વિષે વાંધો ઉઠાવવા તલપાપડ થઇ તલપી રહ્યા છે, માટે બીજી આડી અવળી વાત પડતી મેલી સૈાથી પહેલાં શરૂઆતમાં એટલું તો જણાવો કે, શોખીનોને શાન્તિગ્રહો (હોટલો)માં બાટલીના બુચ ફટાફટ બોલતા સરસ સુસવાટ કરી સુખ આપનાર સોડાવૉટર ને "મેલુ" એવું વિશેષણ લગાડવાનું સાહસ કરવાનું તમને શું સબળ કારણ છે ?

મારા મહેરબાન ! જરા ધીરા થાઓ, એટલે હું તમને દાખલા દલીલ અને પુરાવા સાથે સાબિત કરી બતાવું કે, સોડાવૉટર માત્ર મેલું હોય છે એટલું જ નહિ પણ નુકશાનકારક અને ઝેરીએ ઘણીવાર હોય છે. સાંભળો ત્યારે, એક પ્રતિષ્ઠિત પત્રમાં પ્રગટ થયેલી નીચેની બિનાઃ—

"થોડા વખત પહેલાં પારીસમાં પ્રગટ થયેલા એક રિપાર્ટમાં પ્રસિદ્ધ થયું હતું કે, સોડાવૉટર અને તેવા જ ચેપ પદાર્થમાં ઘણા સૂક્ષ્મ જંતુઓ જોવામાં આવે છે, તે એટલા પ્રમાણમાં કે તે કરતાં સાદા પીપમાંનું પાણી પણ સારૂં માની શકાય. તે રિપાર્ટ પરથી

કેટલાક દિવસ સોડા વૉટરના ધંધામાં ત્યાં ઘણી હાની પહોંચી હતી. ત્યાર પછી એવું જણાવવામાં આવ્યું હતું કે લંડનશહેરમાંની સોડાવૉટરની દુકાનો (જે ફૅશનેબલ ભભકાના નમુનારૂપ હોય છે તે)માં પણ સોડાવૉટર જંતુઓથી મુક્ત નથી. ત્યાર પછી લંડનના હેલ્થ ઑફીસર ડૉ. કૈર્લીગ્રોજે તુરત જ એક રિપોર્ટ પ્રગટ કર્યો. તેમાં એમણે જણાવ્યું હતું કે ડૉ. કલીન પાસે સોડાવૉટરની પરીક્ષા કરાવી તપાસતાં ૩૬ નમુનાની બાટલીઓમાંથી ૨૦ બાટલીઓ જંતુશાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ તદ્દન અશુદ્ધ છે એમ જણાયું, તથા ૬ બાટલી સાધારણ અને દશ બાટલી કાંઇક સારી ગણી શકાય.

તે ઉપરથી સરકારે લંડનના સોડાવૉટર બનાવનારાં કારખાનાંની તપાસણી કરી. તેમાં એમ જણાયું કે બાટલીઓ ધોવામાં અને તૈયાર કરવામાં બહુ જ બેદરકારીપણું કરવામાં આવે છે. બાટલીઓ સાફ કરનારા અને ભરનારા લેાકો એટલા બધા ગંદા હોય છે કે તેઓને સ્પર્શ કરવો પણ ગમે નહિ. સોડાવૉટર બનાવવા વાપરવામાં આવતું પાણી અને તેની ક્રિયા વિગેરેમાં પણ બહુ જ ગંદકીવાળું કામ ચાલુ રહે છે."

મી. ઑલબર્ટ ટરનર નામનો એક અમેરિકન પત્રકાર કહે છે કે, જુવાનીઆઓ, અને મોટી ઉમરનાં સ્ત્રી પુરૂષો સોડાવૉટરને એક આરોગ્યવર્ધક પેય પદાર્થ ગણતા જણાય છે, પરંતુ ખરી વાત તો એ છે કે, પીવાના લગભગ બીજા બધા પદાર્થો કરતાં તે ઘણું જ વધારે હાનીકારક છે. અમેરિકાનું બીજું બહુ જ પ્રસિદ્ધ પત્ર "લૉસ એન્જેલીસ ટાઇમ્સ" કહે છે કે Soda water contains no Soda. It is simply water charged with carbonic gas like beer. This gas should really be called carbon dioxide.

અર્થાત્ "સોડા વૉટરમાં સોડા તો જરાએ હોતોજ નથી, પણ બીર જેવા દારૂને મળતો એક કાર્બોનીક ગૅસ નામના વાયુથી સંપૂર્ણ બનેલું માત્ર પાણીજ હોય છે, આ વાયુને ખરી રીતે કારબન ડાઇ ઑક્સાઇડ કહેવો જોઇએ." ધી અમેરીકન કારબોનેટર જણાવે છે કે આ કારબન ડાઇ ઑક્સાઇડ પ્રાણીઓના પ્રશ્વાસની સાથે નિકળતા મળરૂપ વાયુનો એક ભાગ છે. ભઠ્ઠીઓમાં બળતણ બળવાથી પેદા થતા વાયુરૂપ ઝેરી પદાર્થોમાંનો તે મુખ્ય પદાર્થ છે, અને કોલસાની ખાણોમાં તે વાયુને "બ્લૅક ડૅમ્પ" કહેવામાં આવે છે.

અમેરિકાનાં "ધી નેશનલ ફુડ મૅગેઝિન" નામના ખોરાક સંબંધીના ચોપાનીયામાં સત્તાવાર રીતે નીચેની બિના પ્રગટ થઇ હતી.

"સોડા વૉટર એ એક ખરાબમાં ખરાબ પીવાનો પદાર્થ છે."

"ઝળકે એટલું સોનું નહિં એ જુની કહેવતની સત્યતાનું સોડાવૉટર કરતાં વધારે દાખલો મળી શકે તેમ નથી. સોડાવૉટરનું પાણી એવું તો ચળકતું ચોખ્ખું અને ઠંડક કરનાર દેખાય છે કે જેની જોડજ જડે નહિં અને તેમ છતાં પણ તે એવા તો મલીન પદાર્થોના મિશ્રણથી અને એટલી તો ગંદી જગાઓમાં અને એટલી બધી જાતની ભેળસેળથી બનાવવામાં આવે છે કે તેવું અમેરિકન લોકોના પીવાના બીજા કોઇ પણ પદાર્થમાં બનતું નથી આના પરિણામે સોડા વૉટરથી ઘણુંજ નુકશાન થાય છે અને નવાઇની વાત તો

એટલીજ છે કે છોકરાં છોકરીઓ અને મ્હોટા માણસોને તે પીવા માટે કડવાં ફળ ચાખવાં પડે તેવા આ નુકશાનકારક પીવાના પદાર્થને દેશનો કાયદો છુટથી વેચવાની રજા આપે છે. નુકશાનકારક રસાયણિક પદાર્થોના મિશ્રણથીજ પોતે સોડાવોટર બનેલું હોવા ઉપરાંત સ્વાદ વધારવાની ખાતર તેમાં જે જે મલીન પદાર્થો ઉમેરવામાં આવે છે તેનાથી તેના હાનિકારક ગુણમાં ઘણો વધારો થાય છે.

ઘણીખરી દુકાનોએ વેચાતા સોડાવૉટરમાં ખનીજ પદાર્થોમાંથી બનાવેલા રંગના પદાર્થો, જીભ ઉપર ચણચણાટ ઉપજાવે તેવાં એસીડો અને બીજા કેટલાક રસાયણીક પદાર્થોએ સોડાવૉટરમાં રહેલી નુકશાનકારક ચીજોમાં મુખ્ય છે. ઝેરી સાપબાર્ક, એનીલાઇન રંગો, કાઉમેરીન, રંગીન ટાંકા બીન્સ, અલકોહૉલ (દારૂ), સલફ્યુરીક ઍસીડ (ગંધકનો તેજાબ), નાઇટ્રીક એસીડ, સેલીસીલીક એસીડ, બેન્ઝોઇક એસીડ, કોકેઇન, અને ન્યુકોટીન નામનું ઝેરી સત્વ, એટલી ચીજો સોડાવોટરમાં ભેળવવામાં આવતી ઘણીએક નુકશાનકારક વસ્તુઓમાંથી થોડીએકનાં નામ છે. સોડાવૉટરમાં સ્વાદ વધારવાની ખાતર તેનાં બનાવનારા ઘણીવાર દારૂ મોટા પ્રમાણમાં ભેળવે છે. લીંબુની સુગંધ લાવનાર પદાર્થ (જે સોડા લેમોનેડમાં નાખવામાં આવે છે તે) ના કેટલાક નમુના અમેરિકાના મેસાચ્યુસેટ્સના સરકારી અમલદારે તપાશી જોયા તો તેમાં ૭૦ ટકા અલકોહોલ માલૂમ પડયું. દુનિયાંના કોઇપણ સખતમા સખત પીવાના દારૂમાં અલકોહૉલનું આટલું મ્હોટું પ્રમાણ હોતું નથી બીજા એક નમુનામાં માત્ર એકજ ટકો ખરા લીંબુનું તેલ હતું અને (૫૨) બાવન ટકા અલકોહોલ (દારૂનું સત્વ) હતું.

પરંતુ સોડાવોટરમાં ભેળસેળ કરવામાં આવતા પદાર્થોમાં ઘણું કરીને વધારેમાં વધારે નુકશાન કારક પદાર્થ 'સોપબાર્ક' છે જે તેમાં ફીણ લાવવા માટે વપરાય છે. આ ચીજ એક તીવ્ર ઝેર છે અને તેથી તે ગમે તેટલા થોડા પ્રમાણમાં વાપરવામાં આવે તો પણ તેનો ઉપયોગ કરનારને નુકશાન કર્યા વગર રહે નહિં. અમેરિકાના ઇલિનૉઇસ સ્ટેટના સરકારી રસાયણ શાસ્ત્રી ડૉ૦ ટી. જે. બ્રાયન સોડાવોટરમાં ભેળવવામા આવતા આ પદાર્થના ઝેરી ગુણ વિષે લંબાણ વિવેચન કરતાં, સન. ૧૯૦૮માં મૅકીનૅક આયર્લૅન્ડમાં મળેલા ઍસોસીએશન ઑફ સ્ટેટ અને નૅશનલ ફુડ ઍન્ડ ડેરી ડિપાર્ટમેંટના મોટા મેળાવડા સન્મુખ, ભાષણમાં બોલ્યા હતા. આ ભેળસેળના નુકશાન કારક પદાર્થને પકડી કાઢવા માટે બારિક રસાયણિક તપાસ કરવાની, અને તેનો ઉપયોગ થતો અટકાવવાની મ્હોટી અગત્ય રાજ્યના સર્વ ખોરાક ખાતાના અમલદારોના મનમાં ઠસાવવાનો તેણે પ્રયત્ન કર્યો હતો. ડૉ. બ્રાયને વધારામાં કહ્યું કેઃ—,

'સૉફ્ટ ડ્રીન્કસ'ના એકસો ને એકવીસ નમૂના સરકારી ખાતા તરફથી હાલમાંજ તપાસાયા હતા, જેમાંના ૫૭માં સૅકરીન, ૬માં સૅલીસીલીક ઍસીડ અને ૪ માં બેનઝોઇક એસીડ મેળવેલાં હતાં. સર્વે નમૂના તે બનાવનાર કંપનીઓને ત્યાંથી મેળવવામાં આવ્યા હતા. અને તેમાંના કેટલાક તો વૈદ્ય સ્થાયી ફીણ ઉપજાવવા માટે ઝેરી "સોપ બાર્ક"નું સત્વ ભેળવતા માલૂમ પડયા હતા.

યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સના વૈદકખાતાના અભિપ્રાય પ્રમાણે, 'સૅપોનીન', નામના સત્વને

લીધેજ 'સોપ બાર્ક'માં ફીણ લાવવાને ગુણ રહેલો છે. અને આજ સરકારી વૈદક ખાતું જણાવે છે કે, વેપારમાં વપરાતું સૅપોનીન એક સખ્ત ઝેર છે.

આવી સત્તાવાર ખરી બાબતો પર પડેલા અજવાળા ઉપરથી આપણે પીવાના પદાર્થ વિષે ગંભીર વિચાર ચલાવવાની જરૂર છે."

પૅરીસ, લંડન, વિગેરે યુરોપનાં મ્હોટામાં મ્હોટાં શહેરો અને અમેરિકામાં બનતા અને વેચાતા સોડાવેાટરોમાં રોગના અસંખ્ય જંતુઓ, ગંદકી, અને ઝેરી ચીજો ભળેલી સેંકડો દાખલામાં મળી આવી છે, તો પછી મુંબાઇ, અમદાવાદ અને હિંદુસ્તાનનાં બીજાં નાનાં નાનાં ગામમાં વેચાતા સોડાવેાટરોની બાબતમાં તો બોલવુંજ શું?! નૈતિક અને ધાર્મીક નુકશાનોની વાત કેવલ બાજુપર રાખી માત્ર શારીરિક હાનિનો વિચાર કરીયે તો પણ સોડાવેાટરનો ઉપયોગ પશ્ચિમના વિદ્વાનોના મત પ્રમાણે પણ બહુ જોખમ અને ભય ભરેલો ઠરે છે. માટે અમારા દેશી બાઇઓને અમારી આગ્રહ પૂર્વક વિનંતી છે કે આવા વૈદ્યકશાસ્ત્ર, ધર્મશાસ્ત્ર, અને બુદ્ધિની વિરૂદ્ધના આવા વિદેશી નુકશાન કારક પ્રેમ પદાર્થથી હમેશાં દૂર રહેવાને સાવધ રહેવું.

વાચકોને સમજાયું હશે કે સોડાવૉટર બહારથી મિત્ર જેવો દેખાતો અને પોતાના ફંદામાં ફસાવવાને લલચાવતો એક છુપો શત્રુજ છે.

અંતમાં અમેરિકાના એક સરકારી રસાયણ શાસ્ત્રી ડૉ. બ્રાઉનના નીચેના અગત્યના શબ્દો ટાંકી આ લેખ પૂર્ણ કરીશું. તેઓ કહે છે કે: Impress upon your children a knowledge of the injurious effect of soda water, and never under any circumstances encourage or permit them to use it. એટલે કે, "સોડાવૉટરની નુકશાન કારક અસરો વિષેનું જ્ઞાન તમારાં બાળકોના મનમાં બરાબર ઠસાવો, અને ગમે તેવા સંજોગોમાં પણ તેમને તેવા ઉત્તેજન કે રજા કદિ પણ આપશો નહિ."

સટીક કેશવકલ્યાણ.

અનુવાદક પુરોહિત પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.

(દશમા અંકના પૃષ્ઠ ૩૯૨ થી)

(કફ-કોપ્યાનાં લક્ષણો વિષે-ચોપાઇ.)

મુખ મીઠા ભૂખન પરહરહી, હ્રદય ભારિ છાતીગલ જરહી;
ખાંસી શ્વાસ સલેખમ હોઇ, નૈન ભારી ઘહેન ઘન સોઇ. ૧૦૦
લીપત ઝીસ પસીના ઝરહી, ઠલ શ્વાસ ખાંસી કફ કરહી;
જલદી ઇલાજ કીજીયેં કોઇ, રીતુ વસંત કફ પૈદા હોઇ. ૧૦૧

જ્યારે કફ કોપે છે ત્યારે મ્હોંમાં મીઠાશ જણાય છે, ભૂખ છવાઇ જાય છે, હૃદયમાં ભારીપણું, તથા છાતી ને ગળામાં જડતાપણું થાય છે. ખાંસી, દમ, સળેખમ થઇ આવે છે. આંખો ભારી થાય છે. ઘેન ઘણું જ રહે છે, જીભ કફથી લેપાયલી જણાય છે. પરશેવો થાય છે અને શૂળ, શ્વાસ, ઉધરસ તથા કફનો વધારો થાય છે, માટે તેના કોપને દાબી દેવા તાકીદે ઉપાય હાથ ધરવા કે જેથી જાન વધારે જોખમમાં ન સપડાય. કફ વિશેષે કરીને વસંત રૂતુમાં વધારે પ્રબળતાવંત થાય છે, માટે તે સમયમાં કફકોપ પામે તેવાં કારણોને અટકાવવા ખાસ ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. ૧૦૦–૧૦૧

(કફકોપ શાથી શાંત થાય ? તે વિષે પરિહાજાતિ છંદ.)

લંઘન છર્દી જુલાબ લુખા અન્ન ખાઇયેં, અજમા અર્ક અંધાડ ગરમજળ ન્હાઇયેં;
ધુમ્ર ર ગુટિકા નાસ અવેહી પાવહી, પંથ–શ્રમ તિઅસંગ ઉજાગે જાવહી.
સકલ ગ્રંથકી બાત બહોત સુન લિજિયેં, પરમારથકે કાજ પ્રકટ કહિ દીજિયેં ૧૦૨

કફના કોપ વખતે લાંઘણ કરાવવાં, ઉલટીઓ કરાવવી, જુલાબ આપવા, લૂખું અન્ન આપવું, અજમાનો અર્ક અને અંઘાડાનો ખાર ઉપયોગમાં લેવો, ન્હાવાની જરૂર હોય તો ઉન્હા પાણીથી ન્હાવું, ઔષધોનો ધુમાડો, તથા કફનાશક ગોળી––ઘસારો નાશ અને કફાંતક અવલેહનો ઉપયોગ કરવો, પંથ કરી તથા સ્ત્રી સંગથી શ્રમિત થવાપણું અને ઉજાગરા કરવાની વિચારણાથી દૂર રહેવું. તેમજ વૈદકના મળી આવે તેટલા સઘળા ગ્રંથોની કફનાશ સંબંધની વિચારણા ધ્યાનમાં લેવી અને પરમારથ માટે તે વિચારણા બીજા દેશીભાઇઓને ખુલાસાથી કહી બતાવવી. ૧૦૨

(વાયુકોપનાં કારણો વિષે ચોપાઈ.)

નિશિદિન મનમેં ગિનતી કરહી, મલ પેશાબ રોકી બહુ ધરહી;
શીત હવા મૈથુન ભય લંઘન, લૂખા ખાય પંથશ્રમ અંગન; ૧૦૩.
દુર્બલ તન નિશિકો અતિ જાગે, સંધ્યા સમય શીત તનુ લાગે,
અન્ત કસેલા ચીજ ખટાઈ, કફ વાયુ તહાં પ્રકટે ભાઈ. ૧૦૪.

રાત દિવસ મનમાં વિવિધ વિચારમાં લીન બની ભરઢોળ કર્યા કરવું, દસ્ત પેશાબને રોકી રાખવો, ઠંડી હવામાં ફરવું, સ્ત્રી સેવનનો શોખ વધારવો, ભયને તાબે થવું, લાંઘણો ખીચવી, લુખું ખાવું, પંથ કરી શરીરને શ્રમિત રાખવું, શરીર દુબળ છતાં રાતે ઘણી વખત ઉજાગરા કરવા, સંધ્યા વખતે ખુલ્લા બદનથી ટાઢ ખુકવી અને કષાયાલું અન્ન તથા ખટાશ વિશેષ ખાવી–એ બધાં કારણો કફ અને વાયુને કુપિત કરનારાં છે માટે બનતાં લગી તે કારણોને અટકાવવાં. ૧૦૩–૧૦૪

(વાયુકોપનાં લક્ષણ વિષે ચોપાઇ.)

તન શીતલ પીડા મન કરહી, તજત નિંદ તાલૂ અંગ જરહી,
તનમન અલસિત ભૂખ ન લાગે, મુખ ફીકા જૈસા અંગ ભાગે. ૧૦૫
પ્રકૃતિ કુંદ શિર હૈઅતિ ભારી, વદન શોક કરિ બહોત દુખારી;
રહે ચંચલ જો હોય સયાના, વર્ષા શિશિર હીમંત પ્રકટાના. ૧૦૬.

વાયુનો કોપ થયા પછી શરીર શીતળ અથવા શિથિલ રહે, વાયુ પીડાથી મન

ડરને તાબે થાય, ઉંઘ જતી રહે; તાળવું અને અંગ તપ્યાં કરે, તન તથા મન આળશમય થઇ રહે, ભૂખ ન લાગે, મ્હો ફીકું રહ્યા કરે, અંગમાં તોડ થયાં કરે, પ્રકૃતિ કુંદ બને માથું ઘણું જ ભારે રહેતું જણાય. મ્હોંપર શોક છાંયા છવાઇ લાગે અને કેડ બહુ દુખ્યા કરે છે. માટે વર્ષાદઋતુ તથા શિશિર અને હીમંતમાં વાયુકોપનાં કારણોને ન સેવવા શાહણાજનોએ ચંચળતાવંત રહેવું; કેમકે વાયુકોપ્યા પછી ફક્ત શાહાણો હોય તે જ કંઇક ચંચળતાવંત રહી શકે છે; નહીં તો સુસ્તિના તાબે જ થવાય છે. ૧૦૫-૧૦૬

દોહા— અષાઢ શ્રાવણ ભાદોમેં, આસૂ કાર્તિક જોગ;
માગશિર પોષ યે માસમેં, પ્રકટે પવનહી રોગ. ૧૦૭

અષાઢ, શ્રાવણ, ભાદરવો, આશો, કારતક, માગશિર અને પોષ એટલા મહિનાઓમાં ઘણું કરી વાયુકોપના જ રોગ થાય છે, માટે એટલા મહિનાનો પવન જ વાયુરોગનો સહાયક છે એમ કહીએ તો પણ ચાલે. ૧૦૭

(વાયુકોપ શાંત થવા સંબધી પરિહાજાતિ છંદ.)

લંઘન મર્દન-તેલ ગરમ જલ ન્હાઇયે, ગોધુમ માંસ રૂ માસ મંદીરા પાઇયે;
પ્રબલસો ઓષદખાઇ તરૂનિસંગ ખેલિયે, અગ્નિશેકિત અંગ બંગ સુખ મ્હેલિયે;
વૈદ વિચચ્છન ભેદ જુગતસોં જાનિયો, રીતુબલ રોગ નિદાન કે વયકોં પિછાનિયો.

લાંઘણ-હલકાં ભોજન પદાર્થોનો ઉપયોગ કરવો. તલીનું, શરશિયું કે દવાથી સિદ્ધ કરેલ તેલ શરીરે ચોળવું, ઉન્હા પાણીથી ન્હાવું, ઘહુનાં-(ખપે, તેને) માસનાં-અડદનાં પદાર્થો ખાવાં, (ખપે તેને) મદિરા પીવો, ધાતુ વૃદ્ધિકારક ઓષડો ખાવાં, સ્ત્રી સાથે રમત ગમતો કરવી, અગ્નિ વડે શરીરને (પસંદ હોય તો) શેકવું, અને બંગ-કલઇની ખાખ ખાવી. કહેવત છે કે, ઘોડો ઘટતા મજબૂત તંગથી અને મર્દ શુદ્ધ બંગથી જોરદાર જણાય છે માટે વિચક્ષણ વૈદે ઋતુઓનું બળાબળ, રોગનાં નિદાનો અને અવસ્થા એઓના ભેદ જુગતિથી ઓળખી લેવા કે જેથી યશ પ્રાપ્ત થાય. ૧૦૮

(વૈદને બોલાવા આવનારાનાં શુભાશુભ વાક્ય વિષે દોહા.)

બોલે અક્ષર ત્રિગુણ કર, અષ્ટે ભાગ હરેઈ,
વિષમ વધે જીવે સહી, સમસો દર્દી મરેઈ.

દર્દીને ત્યાંથી વૈદને તેડું કરવા આવનારો વૈદના અગાડી આવી જે બોલે તે વૈદે ધ્યાનમાં રાખી તે બોલેલા શબ્દના અક્ષરોને ત્રણે ગુણવા (ત્રમણા કરવા.) તેને પછી આઠે ભાગવા, પછી ભાગ દેતાં જે અંક બાકી રહે તેને તપાસવો. જો વિ મુક્ત વધે તો તે દર્દી અવસ્ય દર્દથી મુક્ત થશે. અને જો સમ આવે તો તે દર્દી ને શરણ થશે એમ માની જે યોગ્ય લાગે તે તેડાગરને જવાબ આપવો.

(યમદર્શિત યોગ વિષે ચોપાઇ.)

મઘા મૂળ વિશાખા ભરની, આર્દ્રા અશ્લેષા કૃતિકા કરની;
જેષ્ઠા ધનિષ્ઠા ચિત્રા ચાઇ, શતભેષા ત્રિપૂર્વા મિલાઈ;
શનિ રવિ મંગલ તીનું વારી, તિથિ ઘાત કહેાં ન્યારી ન્યારી;
રાશિ મકર તુલ વૃષ કુંભ ચારી, નંદા દર્દ પ્રકટયો ભયભારી; ૧

ધન મીન ભદ્રાં દુખ ઘાતી, મિથુન કન્યા જયા ઉત્પાતી;
મેષ કર્ક રિક્તા તિથિં નરસી, વૃશ્ચિક સિંઘ પૂર્ણા જમદરસી. ૧૧૨

મકર, તુલ, વૃષભ અને કુંભ એ ચાર રાશિવાળો મનુષ્ય જો પડવા છઠ્ઠ અને અગિયારસના રોજ માંદો પડે, તથા ધન ને મીન રાશિવાળો બીજ સાતમ ને બારસના રોજ માંદો પડે, તેમજ મિથુન ને કન્યારાશિવાળો ત્રીજ આઠમ ને તેરસના રોજ માંદો પડે. તથા મેષ ને કર્કરાશિવાળો ચોથ નોમી ને ચૌદશના રોજ માંદો પડે, અને વૃશ્ચિક ને સિંહરાશિવાળો પાંચમ દશમ ને પૂનમના રોજ માંદો પડે, તો તે બિમારી ભારે ભયકારી નિવડે છે; પરંતુ તે ઘાતિ તિથિયોની સાથે જો શનિ રવિ કે મંગળવાર શામિલ હોય અને તે સાથે મઘા, મૂળ, વિશાખા, ભરણી, આર્દ્રા, અશ્લેષા, કૃતિકા, જ્યેષ્ઠા, ધનીષ્ઠા, ચિત્રા, શતભિષા, પૂર્વાફાલ્ગુની, પૂર્વાષાઢાં અને પૂર્વાભાદ્રપદ એમાંનું કોઇ પણ નક્ષત્ર તે તિથિ ને વાર સાથે જોડાયલું હોય એટલે કે મકર રાશિવાળો માણસ શરૂવાતમાં શનિવાર અને મઘા નક્ષત્ર હોય તે રોજ તે માંદો પડે તો તે ભાગ્યેજ જીવે છે; કેમકે ઉપર કહેલ તિથિ વાર ને નક્ષત્રોના મિલાપથી યમદર્શિ (યમરાજનાં દર્શન કરાવાવાળો) યોગ બને છે. તે વૈદે ધ્યાનમાં રાખવું, નહીં તો દીધેલી દવા હવામાં ઉડી જશે. ૧૧૦-૧૧૨

(વૈદને બોલાવા આવનાર મનુષ્યની જાણવા જોગ હકિકત સબંધી
રામવિનોદ ગ્રંથના મત વિષે પરિહાજાતિ છંદ.)

સુઘર પુરૂષ સુજાન બુલાવન આવહી, બોલત વચન રસાલ કે મનમેં ભાવહી.
સ્વેત વસન ફલ ફુલ નજીકે લે ધરે, શુભ મુખ બોલત વાકય વિનય બહુવિધ કરે;
એક બુલાવે કોઈ તિનહી ઘર ધાઇયે, દોય પુરૂષ કે સંગ કબહુ નહીં જાઇયે ૧૧૩

દર્દીને ત્યાંથી વૈદને બોલાવા આવનાર માણસ રૂપાળો-સુઘડ-ચતુર અને સારો જાણકાર હોવો જોઇએ, તથા તે આવીને વૈદને પસંદ પડે તેવાં મીઠાં, રસીલાં વચન બોલનાર અને ધોળાં, ઉજળાં કપડાં પહેરેલો હોવો જોઇયે. તેવો માણસ હાથમાં રાખેલ ફુલ ફળોને વૈદની અગાડી મૂકીને ઘણા વિવેક યુકત મંગળિક વચનો કહે, તો વૈદે તેની સાથે તુરત દર્દીને જોવાં જવુંજ જોઇયે; કેમકે તે મંગળ ચિન્હનેજ સૂચવનાર હોવાથી દર્દી દર્દથી મુકત થતાં વૈદને ખચિત યશ અપાવે છે. તેમાં પણ જો એક મનુષ્ય તેડું કરવા આવેલ હોય તો જવું; પરંતુ જો બે મનુષ્ય સાથે તેડું કરવા આવેલા હોય તો તેઓ સાથે ન જવું; કારણ કે બે જણ સાથે વૈદને તેડવા આવનાર વૈદને તેડવા આવેલ ગણાતા નથી, પણ મ્હોતને તેડવા આવેલા ગણાય છે; માટે મ્હોતને તેડી લાવનારા સાથે વૈદ જવાથી તે દર્દી મ્હોતને જ ભેટે છે. ૧૧૩ વળી,—

સોરઠો— તુરિ વૃષભ ચઢિ હોય, વૈદ બુલાવે વિનય કરિ;
કરમેં કછુક ફલ હોય, તબહી તિન્હ ઘર જાઇયે. ૧૧૪

તે તેડાગર સુંદર ઘોડા કે બળદપર બેસીને આવેલ હોય (ઘણા મુલકમાં બળદ ઉપર બેસવાનો [સિંધમાં [રિવાજ હોય છે.) અને વિનયયુક્ત વાણી વદતો તથા હાથમાં કંઇક ફળ સહિત હોય તો તે તેડાગર સાથે રોગીને ઘેર રોગનિદાન ચિકિત્સા માટે વૈદે જવું જ જોઇએ કે જેથી યશ મળે છે. ૧૧૪

(અ સમાપ્ત).

કેરે તથા શ્વાસ, સાંધાઓમાં પીડા, હાડોમાં કળતર, માથામાં પીડા અને આંસુ સહિત ધુમાડીયા રંગવાળાં ફાટેલાં તથા રાતાં નેત્ર, ફેર, મોહ અને ઉધરસ તથા ઘેન હોય, બકવાદ થાય, ગળામાં કાંટા પડી જાય અને જીભ કઠણ ખરસડ ફાટેલી જણાય. એટલાં લક્ષણો થાય તેનેજ સનેપાત કહે છે. ૬૮-૬૯

સન્નિપાતના ઉપાય.

કેસરંમાતુલિંગસ્ય સૈંધવંમરિચાન્વિતમ્,
મુખે ધૃતંનિહંત્યાશુ જાડ્યશોષમરોચકમ. ૭૦

બિજોરાના કેસરા, સિંધાલુણ અને કાળાં મરી એ સર્વ સમાન ભાગે લઇ ચૂર્ણ કે ગોળીરૂપે સન્નિપાતરોગી મોહોડામાં રાખે તો તેની જીભની જડતા-કઠણતા, મોહોડામાં પડતો શોષ અને અરૂચિ એઓનો તુરત નાશ થાય છે. ૭૦

કટ્ફલાદિભવચૂર્ણવિમિશ્રઃ ક્વાથએષદશમૂલજોજ્વરમ્,
આર્દ્રકસ્વરસતુલ્યવિભાગો મૃત્યુકલ્પમપિહંતિદોષજમ. ૭૧

અથવા—કાયફળાદિચૂર્ણ દશમૂળના કાઢામાં મેળવીને તેમાં ક્વાથના બરોબર આદાનો સ્વરસ નાંખી પીવામાં આવે તો મરણના સમીપ પોહોંચેલો સન્નિપાતરોગી પણ નિશ્ચે સારો થાય છે. ૭૨

કિરાતતિક્તેંદ્રયવાબ્દદારુ શુંઠીગજાહ્વાદશમૂલધાન્યૈઃ
કૃતઃકષાયઃકસનપ્રલાપશ્વાસાદિયુક્તંજ્વરમાશુહન્યાત્. ૭૨

અથવા—કરીઆતું, કડુ, ઇંદ્રજવ, મોથ, દેવદાર, સુંઠ, ગજપીપર, દશમૂળ અને ધાણા એટલાં ઓષડો સરખે ભાગે લઇ ખડી એઓનો વિધિયુક્ત કાઢો કરી પીવામાં આવે તો ઉધરસ, બકવાદ અને શ્વાસ વગેરે ઉપદ્રવો સહિત તાવ હોય તોય તેનો તુરત નાશ કરે છે. ૭૨

ગ્રંથીંદ્રબીજસુરદારુવિડંગભાર્ગી ભૃંગાનલત્રિકટુપૌષ્કરનાગરાણામ્
પથ્યાકિરાતબૃહતીદ્વયભૂતકેશી રાસ્નાવચાચવિકદીપ્યવૃકીપુરાણામ્ ૭૩
ક્વાથોનિહંતિસકલાનપિસન્નિપાતાન્ધીવિભ્રમશ્વસનશૈત્યમહાપ્રલાપાન્,
આધ્માનશૂલકફવાતભવાન્પ્રસૂતિરોગાનનેકવિધવિદ્રધિગુલ્મશોફાન્ ૭૪

અથવા—પીપરી મૂળના ગંઠોડા, ઇંદ્રજવ, દેવદાર, વાવડીંગ, ભારંગી, ભાંગરો, ચિત્રામૂળ, ત્રિકટુ (સુંઠ, મરી, પીપર), પુષ્કરમૂળ, સુંઠ, હરડે, કરીયાતું, ભોરીંગણી, મોહોટી રીંગણી, બાલછડ, રાસ્ના, વજ, ચવક, અજમો અને વૃકી એ સઘળાં સરખે ભાગે લઇ એઓનો ક્વાથ કરી પીવામાં આવે તો સર્વ પ્રકારના સન્નિપાત, બુદ્ધિની વિભ્રતા, શ્વાસ, ટાઢનું વિશેષ વાવાપણું, અસંત બકવાદ, આફરો, શૂલ, કફ વાયુ જનિત રોગો, વિવિધ પ્રકારના વિદ્રધિ, ગોળો, સોજા અને સુવારોગ એ સઘળા રોગોનો નાશ કરે છે. ૭૩-૭૪

વચામધૂકસારશ્ચ સૈંધવંમરિચંકણા,
સક્ષ્મંપિષ્ટ્વાંભસા નસ્યકુર્યાત્સંજ્ઞાપ્રબોધનમ. ૭૫

અથવા—જેની સંજ્ઞાનો નાશ (અવાચક) થયો હોય તેને વજ, મધુકસાર (જેઠી-

ધનો સાર કિંવા મહુડાનો સાર !); સેધવ, કાળા મરી અને લીંડીપીપર, એ સઘળાં સમાન લઇ એઓને પાણી સાથે ઝીણાં વાટીને નાસ આપવામાં આવે-સુંઘાડવામા આવે તો સંજ્ઞા પ્રાપ્ત થાય છે. ૭૫

કિરાતકારવીતિક્તા પિપ્પલીકટ્ફલવચા,
ઉદ્ધૂલનંસન્નિપાતે સ્વેદાભિષ્પંદિનિજ્વરે. ૭૬
રસોનરાજીકાચુર્ણં તથાંશોભાંજનોદ્ભવમ્,
ગોમૂત્રેર્ણચસંપેષ્ય કુર્યાત્તદોટિકાંતતઃ ૭૭
પ્રચ્છયિત્વાબ્રહ્મરન્ધ્રં વિષચૂર્ણંવિઘર્ષયેત્,
પૂર્વંજાં રોટિકાંપશ્ચાન્મસ્તકોપરિદાપયેત્. ૭૮

અથવા જો સન્નિપાત રોગીને પરસેવો બહુ આવતો હોય તો કરીયાતુ, કલોંજી જીરૂ, કડુ, લીંડી પીપર, કાયફળનું છોડીયું અને વજ એ સર્વે સમાન ભાગે લઇ બારીક વાટી ઉવટણું કરવામા આવે તો પરસેવો બંધ થાય છે. ૭૬

વળી જે સન્નિપાતરોગી અચેતન રહેતો હોય તો તેને લસણ, રાઇ અને સરગવો એઓના ચૂર્ણને ગાયના મૂત્રમા વાટી તેનો રોટલો કરવો પછી તે રોટલાને રોગીના માથા ઉપર મૂકતા પેહેલાં હજામત કરાવી વચ્છનાગનો ભૂકો તાળવાના ઠેકાણે ઘસાવીને તે રોટલો મૂકવો અને જ્યા લગી તે રોગી ચેતના-શુદ્ધિ આવે ત્યાં લગી રાખવો. આ રોટલો માથા ઉપર મૂક્યા છતા પણ જો સન્નિપાત રોગીને શુદ્ધિ ન આવે તો તે રોગી કાળપાશથીજ બંધાયલો છે એમ જાણવું અર્થાત્ તે જીવે નહીં. ૭૭

ભયંકર સન્નિપાતરોગીને વીંછી તથા સર્પનો દંશ કરાવવો તેથી પણ શુદ્ધિ આવે છે. (આ ઉપાય દેશ, કાળ, રાજ્યતંત્ર અને રોગીના સંબંધિયોના મનનો પૂર્ણ વિચાર કરી કરવા યોગ્ય છે.) ૭૮ (અપૂર્ણ.)

લક્ષ્મીસામ્રાજ્યની લીલા.

(હિંદી ઉપરથી ગુર્જર ભાષાંતરકાર પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.)

ભાગ-પહેલો.

(અનુસંધાન ગતાંકના પૃષ્ટ ૪૧૧ થી.)

ત્રીજો પરિચ્છેદ.

વિવેકી વલ્લભ વાચકવૃંદ ! શાથી અને કેવી રીતે એવું થઇ ગયું ? ! કોના દોષથી ! કોના પાપથી ? કોના અભિશાપથી ? અને કયાં નઠારા કર્મોના ફળથી આમ એ સોનાનો સંસાર અરે ! સ્વર્ણપ્રતિમા શાથી માટીમાં મળી ગઇ ? ! હાય ! કોઇ એનું કારણ બતાવશે ?

જમીનદારી હતી, આઢત, વ્યાપાર હતો, કંપનીના કાગળો હતા, નોકરો હતા, ખેતી હતી, ધાનના ભરેલા સેંકડો થેલા હતા, અને જે જોઇએ તે હતું, પણ અત્યારે તેમાંનું કશું નથી. " दैवा विचित्रा गतिः " હાલ બે વર્ષ થયાં માલિકનો સ્વર્ગવાસ થયો, એથી જાણે જાદુના મંત્રથી બધું નાશ ન પામ્યું હોય ? તેમ થઇ ગયું. અગણિત દાસ દાસીઓ, સોળ પહેરેગીરો, ત્રીશથી વિશેષ કારકુનો–ગુમાસ્તાઓ, હાથી, ઘોડા અને જહાજો પણ હતાં, અતિથિશાળા (સદાવ્રતખાના) માં હમેશાં પચીશ અતિથિયો (ભગત–સંત–ભિક્ષુકો) ની સેવા થયા કરતી હતી, દેવસેવાને માટે બાર બ્રાહ્મણો કાયમ રહેતા હતા, નિરંતર સો ભિખારીઓને પક્કા દોઢ પાશેર ચોખા આપવામાં આવતા હતા, અને ગૃહની અધિષ્ઠાત્રી દેવી શંકરીની સેવામાં હમેશાં દ્વાદશ બલિદાન થતાં હતાં, તેને બદલે અત્યારે જય પ્રભુ છે ! બીજું કશું નથી !! કંઇ શેષ રહ્યું છે કે નહી ! એની નિશાની પણ વખતે હશે કે, નહિ પણ હોય !!

માલિકનું નામ **શંકરીપ્રસાદ** હતું, તે શાક્ત અને મુક્તહસ્ત (દેવીભક્ત અને અતિ ઉદાર) પુરૂષ હતો, એનું લલાટ ઉન્નત, નેત્ર ઉજ્વળ અને શરીરનો વર્ણ તપાવેલા સુવર્ણ સમાન હતો. તે બ્રાહ્મમુહુર્તમાં (પાછલી ચાર ઘડી રાત રહે તે વખતે) ઉઠતો, અને પૂજન હોમ વિગેરે સમાપ્ત કરી સવારે આઠ વાગ્યે જ્યારે સદર મહેલમાં જઇ પહોંચતો ત્યારે એનું તેજઃપુંજ શરીર જોઇ એવી સંભાવના થતી હતી કે જાણે કોઇ રાજર્ષિ પૃથિવી પર પેદા થયો છે ! એના ગામના તેમજ આસપાસ ગામોના લોકો કચેરી–અદાલતમાં કેસ લડવા જતા હતા નહીં–શંકરીપ્રસાદજ તે બધાનો ફેંસલો ચુકવી દેતો હતો; કારણ તે લોકો **શંકરીપ્રસાદને** પોતાના વિચારોનો માલિક અને ધર્માવતાર માનતા હતા.

એ પરમ ભાગ્યવંત **શંકરીપ્રસાદનો** સ્વર્ગવાસ થયો, અને બે વર્ષ તો પૂરાં થયાંએ નહીં હશે, એટલામાં તો જે કંઇ ધનસંપત્તિની ભવ્યતા ભાસતી હતી તે અભાવના આભાસરૂપ થઇ ગઇ અર્થાત્ જે લીલા લ્હેર હતી તે બધી નાશ પામી ગઇ.

વ્હાલા વાંચનાર મહાશયો ! લક્ષ્મીના દમામનું અભિમાન રાખવું એ તદન ફોકટ છે. ઐશ્વર્યશાલિ થઇને ઐશ્વર્યનો કદીપણ ઘમંડ–ખુમારી–ગર્વ રાખવો યુક્ત નથી. અને વિચારવાની જરૂરજ છે કે મળેલી માયિક સંપત્તિ માત્ર વાદળની છાયા અગર તો માયાની છાયા જ છે, કિંવા કવિની કલ્પનાસૃષ્ટિ અને આકાશકુસુમવત્ છે, અથવા તો રોગગ્રસ્ત રોગીના દુઃસ્વપ્ન રૂપ માયા છે. "ब्रह्मादि तृणपर्यन्तं मायया कल्पितं जगत्–આ માયા કલ્પિત જગતની અંદર બ્રહ્માથી માંડી તણખલા પર્યંત તમામ માયાની કલ્પનામય છે." તો તે કલ્પનામય માયાફંદમાં મોહ પામી મદમસ્ત થવું બિલકુલ નાલાયક છે.

શંકરીપ્રસાદે પોતાના સહવાસમાં કે ધ્યાનમાં આવનારા તમામ મનુષ્યોનો ઉપકાર કરેલો હતો. જે જિલ્લામાં કદિ દુષ્કાળને લીધે અન્નની તંગીવડે લોકો દુઃખી થતાં, તો તે સમય સદાવ્રતો ખુલ્લાં મૂકવા તાકીદે બંદોબસ્ત કરતો હતો. જ્યાં પાણીની અછત જણાતી હતી ત્યાં કુવા તળાવ ખોદાવી દેતો હતો, જો કોઇ કન્યાદાન દેવાને માટે પૈસાની માંગણી કરતું તો તે યાચકની અવસ્થાને ધ્યાનમાં લઇ તરત બંદોબસ્ત કરતો હતો, અને તે કોઇ આબરૂદારને દેવાના દાબને લીધે રકમ વસુલ આપવાનો વખત ન આવતાં લહેણ-

ચાર તેને કેદની દરખાસ્તની બજાવણી કરી કેદમાં ઘસડી જતાં દેખતો તો પોતાના પદરનાં નાણાં ચુકાવી દેતો હતો. તેમજ તેણે કેટલાંક જણને માતા પિતાના દેવાથી મુક્ત કર્યાં હતાં, ગુરૂને ભૂમિદાન દઇને ધનવાન બનાવી દીધા હતા, પુરોહિતોને કેટલાએ મજલાનાં મકાનો બંધાવી દીધાં હતાં, અને વિદ્વાન બ્રાહ્મણોને યોગ્ય દાન દઇને સંતોષ આપ્યો હતો. મતલબમાં આવાં ઉપકારી કામો કર્યાં હોવાથી લોકોની તેણે પૂર્ણ મમતા મેળવી હતી.

શંકરીપ્રસાદ અતિ ઔદાર્યવૃત્તિનો હતો; તથાપિ બહુજ નિયમ સમય વિચારી વિત્તવ્યય કરનાર હતો; એટલે કે ઉદાર હતો, પણ કૂલણજી, અવિચારીદાની કે ઉડાઉ ન હતો. તેની બુદ્ધિની ધારા છરીની તીક્ષ્ણ તે ધાર કરતાં પણ તેજ હતી, :અનેક વિષયોમાં તે કાબેલ–બહુ શ્રુત–દીર્ધદર્શિ હતો. તે માત્ર પૈસો પેદા કરવામાંજ કાબેલિયત ધરાવતો હતો એમ નહી; પરંતુ અનેક કળાઓમાં તેમજ ધાર્મિક, વ્યવહારીક ક્રિયાઓમાં પણ પૂર્ણ કુશળતા ધરાવતો હતો. તેણે મેળવેલ ધનાદિ ઐશ્વર્ય પોતાનીજ જાતમહેનતથી મેળવેલું હતું.:(વડીલોપાર્જિત ન હતું.) તેર વર્ષની અવસ્થામાં તેણે આબકારી ખાતાની અંદરના કોઈ દરોગાની અગાડી તમાખૂ ભરનારની જગા હાથ કરી હતી, ત્યાં તેણે ભણતાં લખતાં શિખવાનો અભ્યાસ કર્યો અને તેમાં સારી પેઠે સફળતા મેળવી. તે બંગાળી તથા પરિશયન ભાષાનો અચ્છો જાણકર હતો, અને તેણે પાછળની જીંદગીમાં કંઇક ઇંગ્રેજી ભણતરનું પણ જ્ઞાન મેળવ્યું હતું. સત્તર વર્ષની ઉમરમા તેને પોલીસખાતામાં હેડકૉન્સટેબલની જગા મળી, વીશ વર્ષની ઉમરે તે દરોગો થયો, અને એક વર્ષ બાદ મેદનીપુરની પાસેની કોઈ ક્રિશ્ચિયન કંપનીની નીલકોઠી (ગળીની વ્યપારની મોટી પેઢી)ના મુનીમ (મેનેજર)ની તેને કાયમ જગા મળી. પાંચ વર્ષ પછી પરાધીનતાનો તિરસ્કાર કરી સ્વતંત્રતા અને ભાગ્યદેવીની પ્રસાદી હસ્ત કરવાનો તેણે ઉધમ આદર્યો, અને વ્યાપારવડેજ તેની ઉન્નતિ થઈ. મીઠાનો વ્યાપાર કરી તેણે ફક્ત એકજ વર્ષમાં ચારલાખ રૂપિયા મેળવ્યા!

પ્રિય પાઠકગણ! 'व्यापारे वर्द्धते लक्ष्मी–લક્ષ્મી વ્યાપારવડેજ વધે છે.' એ ઉત્તમ બોધદાયી વાક્યને અવશ્ય વધાવી લેવુંજ ઘટે છે, અને વ્યાપાર ખેડી ભાગ્યને અજમાવી ઉત્તમ વ્યવસાઇ ગણાઇ નામના મેળવવી એનેજ ઉત્તમ માનવાની ખાસ જરૂર છે, નહીં કે પોતાના ભાગ્યને બીજાને હાથ સોંપી–વેચી નોકરી કરી હોદ્દેદાર બનવામાંજ ઉત્તમ ભાગ્યરચના સમાયલી છે, એવો દુરાગ્રહ ધરી વ્યાપાર તરફ અણગમો બતાવવો ઘટે છે. નોકરીથી કોઇ અબજાધિપતિ થયા જાણ્યા કે સાંભળ્યા નથી; પણ વ્યાપારથી અબજાધિપતિ નહીં, બલ્કે અસંખ્ય ધનાધિપતિ થયા છે એમ સાબેતી મળવાના બેસુમાર વૃતાન્તો મોજૂદ છે. માટે ભાગ્યની ને ભારતની ઉન્નતિ થવા વ્યપારનેજ હાથ ધરી ખિલવવો ઘટે છે.

શંકરીપ્રસાદને જોકે આવક પુષ્કળ હતી; તો પણ ખર્ચ પણ તેનાથી પ્રમાણમાં વિશેષ હતું. આવક પ્રમાણે ખર્ચ રાખવું, તેમજ તે ખર્ચ શરીરપોષણ કે મોજ શોખ માટેનુંજ નહીં પણ પરોપકાર, સ્વધર્મ, સ્વદેશ, એઓના ઉદય માટેનું ખર્ચ કરવું તેજ ખર્ચ અગર ખર્ચ્યું વાજબી કહેવાય છે.

શંકરીપ્રસાદે તે પછી વકીલાતની પરીક્ષા આપી, અને બે વર્ષની અંદર દરેક કોર્ટો–

ની સનંદ મેળવી. વકીલ મંડળનો તાજરૂપ પ્રથમ પંક્તિનો વકીલ નીવડ્યો. તથા ખર્ચ જેમનું તેમ (આવક ને યોગ્ય) કાયમ રાખ્યું.

આજ કાલ અનેક વકીલો પૈસા કમાય છે; પણ તે ફક્ત સ્ત્રીઓના દાગીના કે નોટ-પ્રોમેસરી નોટ-લોન-વીમાની પૉલીસી-શેર વગેરે કાગળીઆંને માટેજ વ્યય કરે છે, નહી કે સ્વજ્ઞાતિ-સ્વધર્મ-સ્વદેશ-કેળવણી એઓની ઉન્નતિને તથા પરોપકારને મદદ કરવા વ્યય કરે છે!

જે વખતે શંકરીપ્રસાદ નીલકોઠીનો અધ્યક્ષ થયો હતો તે વખતે પહેલેજ વર્ષે તેણે ગૃહની અધિષ્ટાયીની દેવી શંકરીને માટે એક મોટું જોવા યોગ્ય મંદિર બંધાવ્યું હતું.

અત્યારે રૂપિયા કમાયા પછી દેવમંદિર બંધાવાની વાત તો દૂર રહી, પણ કોઇ પાણીનું કષ્ટ ટાળવા તળાવ કૂવો પણ ખોદાવતા નથી, હાલ તો ધન મળ્યું કે-મકાન, લાડી-ગાડી, વાડી વગેરેમાં વાપરી, તથા ઘોડાની રેંન પકડી ગાડી હાંકવી એમાં જે કંઇ ખરચાય તે ખરચી વૈભવ મળ્યાનો દુરૂપયોગ થતો જણાય છે. હાલમાં અતિથિશાળા-તથા અતિથિસેવાના બદલામાં ધનાઢ્યો માસિક પત્ર અથવા ભરાયલી આવક બુક કે વિઝીટ બુકમાં સહી કરે છે. સ્વદેશોન્નતિનાં ફંડો તરફ અણગમો બતાવી નકામાં ફાલતુ ફંડો ઇલ્કાબ મેળવવામાં અને ખુરસી તોડવાની બેઠકને માન ભરી માનવામાં બેસુમાર ધન વાપરી ઉદારતાનો ઇસ્કોતરો બનવા મચી રહ્યા જોવામાં આવે છે. તેમજ મુંઠીભર અનાજનું દાન આપવાની જગાએ હાલમાં શ્રીમાનો ને વકીલોના ઘેરથી ભિખારી, સંત, સાધુને ધક્કા કે ગાળ અપમાનનું દાન દેતા નજરે પડે છે. આ જમાનાની અંદર અનેક અમલદારો, વકીલો, વ્યાપારીઓ ને જમીનદારો માત્ર સ્વમતલબ સાધવાને માટે રોજગાર કરે છે. આગળના જમાનામાં પણ રોજગાર કરતા. પણ તે ક્રિયાકલાપને અને પૂજન, પર્વોત્સવને માટે ધન વ્યય કરવાનો દૃઢ સંકલ્પ કરી તેજ સંકલ્પ પ્રમાણે તુરત અમલ કરતા હતા. હાલમાં પણ ઉત્સવો તો થાય છે ખરા, કિંતુ પિતૃદેવોનું ઘરમાં આમંત્રણ ન થવાથી (શ્રાદ્ધ વગેરે ન કરવાથી) ઘરની સ્ત્રીઓ કકલાટ કે ક્રોધ કરે તેને શાંત કરવા સંબંધીજ ઉત્સવ કરે છે. અને તેમાં પણ જે પોતાને કરવાનું તે સ્ત્રીઓને માથે નાખી દઇ પોતે સવારથી રાતના દશ વાગતાં લગી રોજગારનીજ ચિંતામાં ગર્ક રહ્યા કરે છે. અને તે પણ નખથી શિખા સુધી ચિંતામાં ડુબી જઇ ફક્ત પૈસા, તાંબું, ચાંદી અને ગુપ્ત નાણારૂપ નોટ વગેરેનાં કાગળીઆં માટે હાયવોય કર્યા કરે છે. પણ તે પૈસા-રૂપિયા ને નોટો વગેરે માટે શા સારૂ હાયવોય કર્યા કરે છે! જે માટે ખાસ હાયવોય કે ચિંતા કરવાની છે તેને માટે તો કોઇ વાર પણ ચિંતા કરતા નથી કે, જ્યારે આંખ્યો મીંચાઇ ગઇ ત્યારે બધે અંધકાર છવાઇ જશે, તે તેઓ દમડીના દાસોને ખ્યાલમાં આવતુંજ નથી. ફક્ત દાવા ટંટા ને મોજમાં રૂપિયા નાખવા એજ લગની લાગી રહી છે; પણ તેમ કરવાથી શું માનવ જન્મ, ધન સાર્થક થવાનાઃ છે? વિવેકી વાંચનાર! બાબુ શંકરીપ્રસાદને તો જે જોઇએ તે હાજર હતું; પરંતુ ધ્યાન દ્યો કે તે બધું અત્યારે ક્યાં ચાલ્યું ગયું? રોકડા રૂપિયા, ચાંદી સોનાનાં વાસણો, મ્હોરો, જમીનદારી જાગીરી અને વ્યાપાર વગેરે હતાં તે પછી બતાવો તો ખરા કે શંકરીપ્રસાદનો સ્વર્ગવાસ થયા પછી જોત જોતમાં તે બધું કેમ સ્વાહા થઇ

ગઈ ! ભલા, એ પણ બતાવો કે તેની સ્ત્રી રાજરાજેશ્વરી જેવી હતી છતાં આજે ભીખારણ જેવી કેમ બની ગઇ ? આજે બગલમાં ઘડો રાખી કેમ પોતે જાતે ગંગાજળ લાવે છે ! આજે ઘેંસ, છાસ, રાબડી, ભાત કેમ ખાય છે ? આજે ગંગાસ્નાન કરીને ભીને લુગડેજ કેમ ઘેર આવી ! આજ તેની પાસે બીજું વસ્ત્ર પણ કેમ નથી ? આજે ચૂલ્હા ઉપર હાંડલી ચઢાવી તીસરા પહોરે કેમ પાણી ઉન્હું કરે છે ? અને આજે રઘુદયાળ તીજો પહોર થયા છતાં તે કેમ ચોખા મેળવ્યા વગરજ રહ્યો છે ? તેનું કારણ વાસ્તવિક રીતે તપાસીશું તો એજ જણાશે કે જે સત્કર્મ કરવામાં ઉદારતા વાપરનારો ભાગ્યવંત ભોગી ચાલ્યો ગયોકે તેની લક્ષ્મી પણ તેની પાછળ ચાલી ગઈ. તેને લક્ષ્મી પ્રાપ્ત થઇ હતી તે સ્ત્રી-વહુ રૂપે થઇ હતી જેથી તે તેણીનો પતિ હતો. એ સતી સ્ત્રીએ પતિના પ્રાણ સાથેજ પોતાના પ્રાણ રવાના કરવા દુરસ્ત ધારી લોભી લંપટ મંદાધોને ઘડો લેવા બોધ આપ્યો કે-જે પુરૂષને ઘેર લક્ષ્મી મા રૂપે કે બહેન રૂપે આવે છે તે પુરૂષ તેનો ઉપભોગ કરી શકતો નથી, પણ જોઇ જોઇ પૂજન કરી સ્તવન કરી પુનઃ ત્રિજોરીને શરણ કરે છે, એથી તે બિચારી ત્રિજોરીઓમાં ગોંધાઇ-ગુંગલાઇ જવાથી નાશી છૂટે છે, પણ જેને ઘેર સ્ત્રી રૂપે આવી હોય તે તેનો સદુપયોગ સહ ભોગ વિલાસ કરી લ્હાવ લઇ શકે છે અને તેની પુણ્યરૂપ લક્ષ્મી તે પુરૂષની પાછળજ સ્વાહા થઇ જાય છે. આમ હોવાથી પુણ્ય પાત્રના મરણ પછી લક્ષ્મી સ્વાહા થઇ ગઇ. આ બધાં સુકૃત-દુષ્કૃતનાં ફળોનીજ સાબેતી છે ! કહ્યું છે કે,

"સુખ દુખ સકળ કર્મફળ ભારી, કુણ રાજા કુણ રંક ભિખારી." માટે જ કહેવું પડે છે કે-**ધન એકઠું કરવામાં સુખ નથી, પણ તેના સદ્વ્યયમાં સુખ છે.** માટે સુકર્મ કરો, શાસ્ત્રાનુમોદિત કાર્યો કરી-દેવપૂજા, અતિથિશાળાઓ અનાથાશ્રમોમાં વસનારાઓની સાર સંભાળ કરો, પવિત્ર કર્મકાંડી સંતોષી બ્રાહ્મણોનું સંરક્ષણ કરો અને સાચી પુણ્યવૃદ્ધિરૂપ જ્ઞાનદાન, કળા વગેરેને ઉત્કૃષ્ટતમ ઉત્તેજન આપો કે જેથી ધનાઢ્યો ! તમારી લક્ષ્મી સાર્થક થાય-લેખે લાગે !

શંકરીપ્રસાદની તમામ સંપત્તિ શી રીતે નાશ પામી ગઇ ? તેનો ખુલાસો આપવાનું આ સ્થળ નથી, પણ જ્યાં સમય પ્રાપ્ત થશે ત્યાં તે સંબંધી ખુલાસો કરીશ. આ સ્થળે તો એટલુંજ સમજી રાખવું કે-કાત્યાયની આજે દાણા દાણાને માટે તલસી રહી છે ! ભાદ્રવા મહિનાની પૂરવાળી ગંગા આજે પાણી વગરની થઇ ગઇ છે ! અને અન્નપૂર્ણા આજે અન્નહીન થઇ પડી છે. અહા ! પ્રારબ્ધની પણ વિચિત્ર ગતિ છે !

ચોથો પરિચ્છેદ.

ખરેખરજ ભીને કપડેથી કાત્યાયની શંકરીદેવીની સ્હામે હાથ જોડી ધ્યાનમાં નિમગ્ન થઇ છે. તેણીને પૂજા, જપ, હોમ, આરાધના ને ધ્યાન વગેરેમાં લગભગ સાડા ત્રણ કલાક લાગતા હતા. પહેરેલું ભીનું કપડું શરીર ઊપરજ સૂકાવા પામતું હતું; કેમકે, બીજું કપડું બદલવા જેવું હતુંજ નહીં, અને જે હતું તે ન્હાના પનાનું, ટુંકું ને થીગડાં વાળું હોવાથી કામમાં આવે એવું ન હતું. વધુપશોદા શિવવાના કામમાં પણીજ નિપુણ

હતી, તેથી ફાટેલાં કપડાંને જગે જગેથી સાંધી લીધાં હતાં અને જરૂરી જગોએ થીગડાં લગાવ્યાં હતાં. જુનાં અને સીવી લીધા છતાં પણ તે લુગડામાં રૂપિયે છ આના પણ કસ રહેવા પામ્યો ન હતો, જે બહુ ફાટી ગયાં હતાં તે કપડામાંથી ન્હાના ન્હાના અંગોછા બનાવી લીધા હતા, બાકી બચેલાં કપડાંઓમાં કોઇ પાંચ હાથનું ન હતું, પણ તેથી ઓછાં હતાં. તો પછી તેવાં કપડાંથી લજ્જા શી રીતે જળવાઇ શકે! એથીજ બિચારી કાત્યાયની લાચારી સાથ ભીને લૂગડે ગંગાસ્નાન કરી આવતી ને પૂજા કરતી હતી.

સાસુ પૂજનમાં બેઠાં હતાં જેથી તે દશ વાગ્યા સુધી નિશ્ચિંત છે, પણ અહીં ઘરમાં અનાજ વગર યશોદાના ચિત્તમાં ચરચરાટ થઇ રહ્યો હતો; કેમકે ઘરમાં ચોખા, મીઠું, શાક કે તેલ હતુંજ નહીં. ફક્ત થોડી ઝટકામણની દાળ હાજર હતી. તેને ઓરી યશોદા બેઠી બેઠી ચોખાની રાહ જોતી હતી. યશોદા હમેશાં રસોઇ બનાવતી હતી અને ઘરમાં તપાસ્યા કરતી કે શું ચીજ નથી અને શું હાજર છે; કેમકે એ કામ એનુંજ હતું, કાત્યાયની તો તે તરફ લક્ષ દેતીજ નહોતી. કાત્યાયની તો થોડી રાત રહેતી કે ગંગાસ્નાન કરવા જતી તે સવારના દશ પછીજ દેવસેવામાંથી નવરી થતી. તે દિવસે સાસુ ગંગાસ્નાને માટે ગયાં અને યશોદાએ રસોઇગૃહમાંની શોચનીય દશા જોઇ જેથી રોવા લાગી. અને વિચાર કરવા લાગી કે–"મા, ગંગાસ્નાન કરીને જ્યારે આવશે ત્યારે હું શી રીતે આવા શોકકારી સમાચાર આપી શકીશ કે આજે ઘરમાં ખાવાને માટે કશું નથી? તેમ લક્ષ્મીને માટે ગોવાલણ આજે દુધ પણ નથી આપી ગઇ, ધારૂંછું કે તેણે વારો બંધજ કર્યો હશે! હું શી રીતે પૂછી શકીશ કે પહોર દિવસ ચઢતાં ચઢતાં લક્ષ્મી શું ખાશે? મા જ્યારે પૂજા સમાપ્ત કરીને ઊઠશે અને તે સાંભળશે કે આજ દેવસેવા અને ભોજનને માટે ચોખા નથી, મોદી સીધું ઉધારે આપતો નથી, પાડોસી પણ ધીરે તેમ નથી, ત્યારે તેને કેટલું કષ્ટ થશે! અને તે કષ્ટ મારાથી શી રીતે સહ્યું જશે?" આવી તરેહની અનેક વાતોના વિચાર કરી કરી રોયા કરતી હતી.

સવારે લક્ષ્મીએ ઊઠી યશોદાને પૂછ્યું–"વહુ! તું શા માટે રૂએ છે?" યશોદાએ રોવાનું જે ખરૂં કારણ હતું તે છુપાવી દીધું; કેમકે અન્નકષ્ટની વાત કોમળ હૃદયનાં બચ્ચાંને કાને જતાં તેથી કશો લાભ થતો નથી, પણ ગેરલાભ થાય છે, એમ સમજી કહ્યું–"મા ગંગાસ્નાન કરવા ગઇ છે. ઘણી વાર થઇ ગઇ છતાં હજી સુધી આવી નહીં તેથી રોઉં છું." વાચકોને યાદજ હશે કે પહેલા પરિચ્છેદની અંદર કાત્યાયની જ્યારે ગંગાસ્નાન કરીને ઘરમાં આવી પહોચી ત્યારે લક્ષ્મી દાદીમાને ઠુંસો મારવા સ્હામે દોડી ગઇ હતી, તેનું કારણ યશોદાના રોવાનુંજ હતું.

ધીરે ધીરે તડકો નિકળવા લાગ્યો, આઠ વાગી ગયા, લક્ષ્મી માનો છેડો ઝાલી ઊભી થઇ કહેવા લાગી–"મા! ભૂખ લાગી છે, કંઇ ખાવાનું દે." યશોદા કંઇક છેટે જઇ બોલવા માટે છેડો છોડાવી આઘી જઇ કહેવા લાગી–"બેટી! સબુર કર, આપું છું હો!" હૃદય ભરાયલું હોવાથી આથી વધારે કશું બોલી શકી નહીં અને આંસુ ચોધારાં ચાલતાં હતાં એથી તે લક્ષ્મીથી છાનાં રાખવા પોતે રસોડા ભણી ચાલી ગઇ.

લક્ષ્મી બોલી-" વહુ ! ક્યાં ચાલી જાય છે ! " એમ બોલી તે માતાની પાછળ પાછળ દોડી માએ દીકરીને આવતી દીઠી કે તે બહુજ ગભરાઈ અને સાડીના છેડાથી તરત આંસુ લુછી નાખવા લાગી, પણ તે ચોધારાં આંસુનો પ્રવાહ શું રોકાઇ શકે તેમ હતો ? જેમ જેમ લુછે છે તેમ તેમ બમણાં વહ્યાં કરે છે. જાણે શ્રાવણ ભાદ્રવાની મેઘ ઝડી ન લાગી હોય ? તેવું થઇ પડયું હતું. એથી સંસારની અંદર કોનામાં તાકત છે કે તે વખતના વહેતા અશ્રુપ્રવાહને રોકી શકે ? જોત જોતામાં કન્યાએ આવીને ફરીને માના સાલ્લાનો છેડો ઝાલીને કહ્યું-"અરે ! આ શું ? તું કેમ રૂએ-છે ? "

મા રોતી હતી છતાં બોલી-" ના બેટી ના, હું રોતી નથી હો ! " યશોદાને લક્ષ્મીએ કહ્યું-" આજે રોઈ રહી છે તે જો ફરીને રોઈ તો જઈને માને કહી આવીશ ! " એટલું કહેતાં કહેતાં લક્ષ્મીની આંખમાં પાણી ભરાઇ આવ્યું. વાંચનાર ! માને રોતી દેખી કઈ કઠોર નઠોર મન વાળી છતાં પણ દીકરી નહીં રોઇ હશે ? લક્ષ્મીની આંખ્યો-માંથી આંસુની ધારા વહેવા લાગી, અને તે પછી રોવાનો સુર ચાલ્યો. માએ તેને ખોળામાં લેઇ લીધી, મ્હોં ચૂમ્યું અને કહ્યું-" બાપુ ! રો નહી, શા માટે રૂએ છે ? " કન્યા બોલી-" ત્યારે તું કેમ રૂએ છે ? તું રોઇશ તો હુંએ રોઇશ ! "

માએ એ વાતનો કશો જવાબ ન દેતાં તેને કેડમાં બેસાડી પોતે રસોડાની અંદર ચાલી ગઇ. રસોડું જેવું તેવું ન હતું ! બહુજ વિશાળ અને દેખાવડું હતું, તેમાં પાંચ હજાર મનુષ્ય બેસીને એકી વખતે જમે તેટલી સવડ હતી, કેટલાએક મોટા મોટા ચૂલ્હા છે, ક્યાંક કાંજી બનાવવાની સવડ છે, અને ક્યાંક ભાતને રાખી મૂકવાની સંગેમરમરની ચોકડીઓ છે, અને કોઇ સ્થળે શાક ભાજી તથા લાકડાં રાખવાની જગા છે. જો કે રસોડું તો સાફ-સફ મિળેલું સુંદર છે; પરંતુ તેમાં રસોઇ બનાવવાની સામગ્રીના ટોટા છે-ભૂખ-બારસ પેસી ગઇ છે. એ અપૂર્વ રસોડું અત્યારે રસવતીનાં દર્શનથી રહિત થઇ પડ્યું છે !

એ રસોડાની અંદરના એક મોટા ચૂલ્હાની પાસે યશોદા બેસીને લક્ષ્મીને ખોળામાં લઇ તેને દુધની કે ખાવાની ઉઘરાણી ભૂલાવવા ધારતી હતી. લક્ષ્મી ખોળામાથી ઊતરી આમ તેમ રમવા લાગી ને દોડીને ક્યારેક ચૂલ્હાની ઉપર ચડતી, કદિ ચોકડીઓમાં કૂદતી અને કવચિત ચૂલ્હામાં સંતાઇ જતી માને ઊ ઊ કરીને બોલાવતી, બાળખ્યાલનો આનંદ લેવા લાગી. એથી જનની યશોદા પણ કંઇક સ્વસ્થ બની ! અને નાટક મુદ્રારૂપ લોચન જોડી તે અપૂર્વ રસોડાની શોભા નિહાળવા લાગી.

જે રસોડામાં હમેશાં પાંચ સાત મણ ભાત તૈયાર થતો હતો, જે રસોડામાં તરેહ તરેહના ભોજન પદાર્થો તૈયાર કરતાં છમકાર-વઘાર વગેરેની અલ્પ શબ્દધ્વનિ અને સુગંધીથી મઘમઘાટ થતો હતો, અને જે રસોડામાં અનેક અતિથિયોને સુંદર રીતે સત્કાર આપવામાં આવતો હતો, તેજ રસોડામાં હાય ! આજે એક પાંચ વર્ષની બાળિકાને માટે ભાત બનાવી દેવાની સગવડના પણ સાંસા છે ! ! સર્વભક્ષી કાળે તમામ ભક્ષી-હરી લીધુ છે ! ! !

ખાલી-ભૂખ્યે પેટ રમવું પણ સારૂં લાગતું નથી, એ તો અનના હોય તો તનના સૂઝે છે, નહીં તો પૂરા બાર વાગી જાયછે. આમ હોવાથી લક્ષ્મી થોડીવાર તો રમી; પણ

પછી તે બોલી—"વહુ ! ગોવાલણી હજુ સુધી દુધ કેમ લઇને આવી નથી ! તું ત્યારે રસોઇ બનાવને ? અગર તો દેવતા સળગાવ કે દુધ આવી જતાં તુરત ઉન્હું કરી લેવાય."

યશોદા એના ઉત્તરમાં "સારૂં." એટલુંજ બોલી લક્ષ્મીને ત્યાંજ રમતી મ્હેલી ચાલી નિકળી ને તપાસ કર્યો કે—સાસુજીની પૂજા હજુ પૂર્ણ થઇ કે નહી ! તપાસતાં પૂજા તો પૂરી થઇ ન જણાઇ. રઘુદયાળે રસોઇ બનાવવાને માટે બળતણ તૈયાર કરી આપ્યું હતું તેમાંથી હજુ થોડી કાઠી બચી હતી. ચૂલ્હો સળગાવવાના મરાદાથી યશોદા બળતણ વીણવા લાગી. વીણતી હતી અને વિચારતી હતી કે "એકલાં લાકડાં વીણવાથી શો ફાયદો વળશે ? ચૂલ્હો સળગાવવાથી શો ફાયદો ? કંઇ ફળ નથી, જરાએ લાભ નથી." એવું જાણતી છતી પણ લાકડાં વીણ્યે જતી હતી. સારાં સારાં લાકડાં લઇ રસોડા તરફ ચાલી—ખુદ યશોદા લક્ષ્મીને માટે રસોઇ બનાવવા જાય છે; પરંતુ બળતણ વગર બીજું કશું તૈયાર ન હતું. હાય ! ઓ સૂકાં લાકડાં ! જનની યશોદા ક્ષુધાતુર કન્યાને ખવરાવા માટે જાય છે, માટે તમો આ વખતે તેજ માના હાથે પડયાં છો તો તમે મા બેટીની દયા જાણી રસવાળાં બની જાઓ, ફુલવાળાં થઇ જાઓ. ફળથી પૂર્ણ બની જાઓ, અને યશોદાની વ્હાલી લક્ષ્મી પુત્રીને ફળ આપીને તૃપ્ત કરો યશોદાના પ્રાણ શીતળ કરો, નહીં તો હમણાં તે દુખિયારીનું હૃદય વિદિર્ણ થઇ જશે !"

(અપૂર્ણ.)



જોતાં માલમ પડે છે કે, ડૉ. મહાદેવપ્રસાદે આ નિબંધ લખવામાં ઘણો શ્રમ લીધેલ છે. તંબાકુનો નિષેધ બતાવવાના ઘણા જ ખાત્રી લાયક આધારો ડૉ. મહાદેવપ્રસાદે બતાવેલ છે. હું ધારૂં છું કે આ ચોપાનીયું યુવાન વિદ્યાર્થીઓના હાથમાં રાખ્યાથી તેમના મન પર ઘણી જ સારી અસર તંબાકુ વિરૂદ્ધ થવી જોઇયે. મને એ ચોપાનીયું ઘણું જ પસંદ આવ્યાનું એક વધારે કારણ એછે કે હું પોતે તંબાકુનો ધિક્કારનાર છું મેં અત્યાર સુધીમાં તંબાકુ બિલકુલ પીધી નથી હું મારી તરફથી એ ચોપાનીયાની ઓખામંડળની સ્કુલોના વિદ્યાર્થીઓને ભેટ આપવા ઇરાદો રાખું છું માટે તમો તેની એક હજાર નકલો રભારી મારાનામે નીચે લખેલ ઠેકાણે દ્વારકાં મોકલાવી આપજો."

તેજ પ્રમાણે મુંબઇની પારસી વેજીટેરીયન અને ટેમ્પરન્સ સોસાયટી વાળા ી. દીનશા એસ. મસાણી બી, એ. પણ આ પુસ્તકના ઘણાં જ વખાણ કરે છે, અને ની ત્રણસો નકલો તેમણે મફત વ્હેંચવા માટે ખરીદી છે.

આ નિબંધ ખરીદવા ઇચ્છનારે નીચેને સરનામે પત્ર વ્યવહાર કરવો.

વકીલ ભોગીલાલ ત્રીકમલાલ.
સંપાદક "ધન્વંતરી"
વિસનગર (ઉ. ગુજરાત)

—∞—

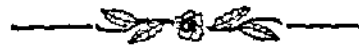
सूज्ञ ग्राहकोने सूचना.

આ અંક સાથે શ્રી "ધન્વતરી" માસિકનું ત્રીજું વર્ષ પૂર્ણ થાય છે. તેને મદદ ાપનાર ગ્રાહકો અને લેખકો વિગેરેનો અંતઃકરણપૂર્વક આભાર માનવામા આવે છે. અને નમ્ર િનંતી કરવામાં આવે છે કે, તેને ભવિષ્યમા વધુ ઉત્તેજન આપવા અપાવવાનું સજ્જનો પા કરી ધ્યાનપર લેશો. ગયા માસથી માસિકના કાગળો પણ ઉચી જાતના વાપરવા ાડયા છે, અને તે પ્રમાણે ચાલુ રહેશે માસિકનું કદ ૪૮ પૃષ્ઠ જેટલુ મ્હોટું છે તે ્ત તો આપની ધ્યાનમાં જ હશે આવતા વર્ષથી માસિકને ઘણી જ સારી સ્થિતિપર લાવી ાની ઇશ્વર કૃપાથી સપાદક આશા રાખે છે. ચાલુ વર્ષમાં માસિકમાં દર મહિને જે ઉત્તમ ાને અતિ ઉપયોગી ઇંગ્રેજી લેખો પ્રસિદ્ધ થયા છે તેનો લાભ ગુજરાતી જાણનારાઓને પણ ળી શકે એવા હેતુથી તે લેખોમાંથી મુખ્ય મુખ્ય વિષયોનો ગુજરાતી ભાષામાં અનુવાદ કે ાષાન્તર આવતા વર્ષના અંકોમાં પ્રસિદ્ધ કરવા વિચાર રાખ્યો છે. વૈદ્યક જેવી બહુ જ પયોગી વિદ્યાનો પ્રસાર કરવામાં ગ્રાહકો અમને અવશ્ય બને તેટલી વધારે મદદ કરવા હેરબાની કરશો એવી નમ્ર વિનંતી છે.

લી. ભોગીલાલ ત્રીકમલાલ વકીલ.
તંત્રી "ધન્વંતરી" માસિક.

તનદુરસ્તીનો વીમો.

કીમત શીશી એકનો એક રૂપિઓ અને મોટા શીશાના પાંચ રૂપિઆ છે.	# નિમક–સુલેમાની. SULEMANISALT.	એક શીશામાં ૭ શીશીઓ ભરાય તેટલું નિમક–સુલેમાની સમાય છે.



આ નિમક–સુલેમાનીને કેમીકલ એકઝામિનર કેમેષ્ટ્રી રાયલસ્કૂલ લંડનના મેંબર ડાકટર મિ. ડબલ્યુ. આર. કીપર, એફ. સી. એસ. એ. આર. એસ. એમ. એમણે તપાસ કરી સર્ટીફિકેટ આપેલ છે.

હાલમાં **નિમક સુલેમાની**નાં કેઈ હેંડબીલો (જાહેર ખબરો) પ્રસિદ્ધ થાય છે તે બધા જણ પોતપોતાની બનાવટવાળા નિમકને અસલી અને ગુણદાયક બતાવે છે. કદાચિત્ આપ જો આ **નિમક–સુલેમાની**ના સાચા પરીક્ષક શોખી હો તો જરૂર પરીક્ષા કરીને જોશો તો કોણે કેટલો **પરિશ્રમ** કર્યો છે તેનો અનુભવ થઈ આવશે. **હું પ્રતિજ્ઞા કરીને કહું છું કે આના સરખું સ્વાદિષ્ટ અને મોટા મોટા રોગોને મટાડનાર સુલેમાની–નિમક આજ દિન લગી કદી તૈયાર થયું નથી !**

આ સુલેમાની નિમક સેવન કરવાથી–ગમેતે પ્રકારને લીધે પેટનો જઠરાગ્નિ મંદ પડી ગયેલ હોય, ભૂખ ન લાગતી હોય, અજીર્ણ (અદહજમી) રહેતું હોય, ખાવું પીવું પચતું ન હોય, અને મ્હોંમાં ખરાબ સ્વાદ રહેતો હોય તો તાકીદે મટેછે.

તથા પેટમાંની અગ્નિમંદતા, પેટની ચુંક, આફરો, કાળજાનું વધવું, ખાટી ઉલટીઓ ખાટા ઉડકાર આવવા, ઝાડો સાફ ન આવવો, ગુદામાં દર્દ થવું, વાયુગોળાથી પેટમાં ગુડગટાડ થવો, જળોદર, વાતોદર, આંતરડાની ગડબડાટ, કાળજાનો સોજો, અને પેટ સંબંધી ભયંકર રોગો, તથા કફવૃદ્ધિ, ખાંસી, અરૂચિ, બેચેની વગેરે વગેરેને સારી રીતે મટાડે છે

કોલેરા ઉપર આ રામબાણ છે. તેમજ સંગ્રહણી, ગુદાના મસા, સંધિવા, અને વારંવાર થતો પેશાબ એઓનો પણ સારી રીતે નાશ કરે છે.

સ્ત્રીઓની અટકાવ સંબંધી નડતર દૂર કરે છે, ઉત્તમ લોહી પેદા કરે છે, વીર્યને વધારે છે, વિંછુના ડંખ (ઉપર મસળવાથી તે) નું ઝેર તુરતું ઉતારે છે, ભૂખ લગાડે છે, ખોરાકને સારી પેઠે પચાવે–હજમ કરે છે, દસ્ત–જાજરૂ સાફ ઉતારે છે, અને સ્વાદમાં એવું સ્વાદિષ્ટ છે કે ખાતાંની સાથેજ ચિત્તને પ્રસન્ન કરે છે. તેમજ તન્દુરસ્તીના વખતમાં પણ ખાવાથી ઘણા સારા ફાયદા બક્ષે છે.

વિશેષ વાકેફદાર થવા અમારૂં મોટું લિષ્ટ મંગાવી વાંચી જુઓ.

મળવાનું ઠેકાણું—**પંચમસિંહ વર્મા.**

નમકસુલેમાની કારખાનાના માલેક

[illegible] ૧૨